



INGKANG MINULYA DAGPO LAMA RINPOCHE

**DHASAR-DHASARING KARMA  
LAN ASILE  
SUMBERSAKABEHING KABAGJAN**

Diaturake nalika 21 – 24 Februari 2013  
ing Biezenmortel, Walanda

Disulih saka basa Tibet menyang basa Inggris  
Dening: Rosemary Patton

Disulih saka basa Inggris menyang basa Indonesia  
Dening: Candri Jayawardhani

Disulih saka basa Indonesia menyang basa Jawa  
Dening: Dharmajati Sumanggakersa

KADAM CHOELING INDONESIA • 2015

[www.kadamchoeling.or.id](http://www.kadamchoeling.or.id)



Cithakan kaping sepisan, April 2014  
Didum kanthi gratis cacahé 1000 eksemplar

## DHASAR-DHASARING KARMA LAN ASILE SUMBERE KABEH KABAGJAN

Dibabarake dening:  
Inggang Minulya Dagpo Lama Rinpoche

Sulihan Basa Jawa : Dharmajati Sumanggakersa  
Perancang sampul : Heriyanto  
Penata Letak : Heriyanto

Hak Cipta Tulisan Sesulihan Jawa © 2014 Dharma Center Kadam Choeling  
Indonesia

Cithakan Kaping Sepisan  
Copyright © 2014 by Kadam Choeling Indonesia  
Khak ngripta naskah sesulihan bahasa Jawa didarbeni dening  
Dharma Center Kadam Choeling Indonesia

Ora entuk ndadekake akeh ing wujud apa bae, saweneh utawa sakabehing, tanpa idin katulis saka Dhrama Center Kadam Choeling Indonesia. Isine kitab iki entuk dipethik kanggo rujukan tanpa prelu idin khusus saka penerbit kanthi tetep nulisake jenenge penerbit.

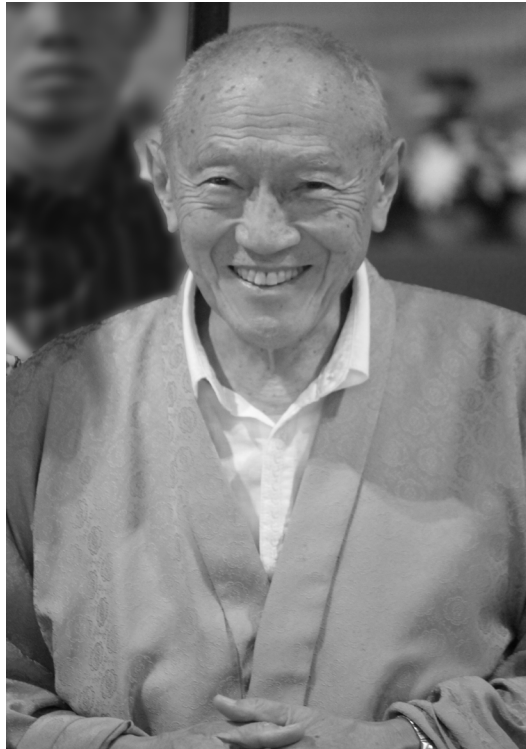
Dharma Center Kadam Choeling Indonesia  
Alamat : Jalan Sederhana No. 83 Bandung – 40161  
Email: [info@kadamchoeling.or.id](mailto:info@kadamchoeling.or.id)  
Situs: [www.kadamchoeling.or.id](http://www.kadamchoeling.or.id)



Hak milik Kadam Choeling Indonesia  
Buku ini tidak untuk diperjualbelikan

# TRANSKRIP

*Naskah Pelajaran Dharma*  
2014



*KCI / Vivi Siskayanti*



## ~\*~SERAT LELAKON CENDHAK~\*~

### VEN. DAGPO RINPOCHE LOBSANG JHAMPEL JHAMPA GYATSO

**D**agpo Rinpoche uga kesuwur dikenal kanthi jeneng Bamchoe Rinpoche, dilairake nalika taun 1932 ing desa Konpo, sudhut kidul wetane Tibet. Nalika umur loro taun, panjenengane diweruhii dening H.H. Dalai Lama kaping-13 minangka tumimbal laire saka Dagpo Lama Rinpoche Jhampel Lhundrup. Nalika umur nem taun, panjenengane mlebu wihara Bamchoe, ing cedhake desa Dagpo. Di wihara kasebut, panjenengane sinau maca lan nulis, uga mulai sinau dhasar-dhasar sutra lan tantra. Nalika umur telulas taun, panjenengane mlebu wihara Dagpo Shedrup Ling kanggo nyinaoni lima babagan utama saka kaweruh Buddhis, yaiku: Inglaran, Paramita, Madhyamika, AbhiDharma, lan Vinaya.

Sawise sinau saksuwene 11 taun ing Dagpo Shedrup Ling, Dagpo Rinpoche nerusake pasinaonane ing Wihara Universitas Drepung. Wihara Universitas Drepung iki ana ing cedhake kutha Lhasa. Panjenengane sinau ing salah siji saka papat universitas sing diduweni wihara kasebut, yaiku Gomang Dratsang. Ing



kana panjenengane njeroni kaweruh bab kaweruh Buddhis lan khusus panjenengane sinau kaweruh adhedhasar kitab piwulang (textbook) saka Gomang Dratsang, yaiku komentar saka Jamsing Shepa. Saksuwene panjenengane tinggal di Gomang Dratsang (lan kemudheweken uga nalika di pengungsian, ing India lan Eropa), panjenengane sinau ing sengkuyungane Guru saka Mongolia sing kuncara Geshe Gomang Khenzur Ngawang Nyima Rinpoche. Amerga papan panggonan sinau panjenengane ora adoh saka Lhasa minangka ibukutha Tibet, panjenengane uga nduweni kasempatan kanggo nekani akeh ceramah Dharma lan nampa akeh piwulang lisan saka saweneh guru sing beda-beda. Mula saka iku, Rinpoche iku salah siji saka sathithik Lama (Guru) sing nyekel akeh trah ajaran Buddha.

Saksuwene iki, Dagpo Rinpoche, sing nduweni jeneng jangkep Dagpo Lama Rinpoche Lobsang Jhampel Jhampa Gyatso, wis sinau saka 34 guru Buddhis, khusus loro dwija (panyengkuyung) saka H.H. Dalai Lama kaping-14, yaiku Kyabje Ling Rinpoche lan Kyabje Trijang Rinpoche, lan uga saka H.H. Dalai Lama kaping-14 dhewe. Ing sengkuyungane guru-guru iku mau, Rinpoche sinau Lima Babagan Utama lan Tantra (panjenengane wis nampa akeh pangruwatan lan nindakake panepen). Kejaba iku, panjenengane uga sinau kaweruh bab lintang, geguritan, tata basa, lan sejarah.

Panjenengane sinau ing Gomang Dratsang nganti nalika komunis nyerbu menyang Tibet taun 1959. Nalika taun iku, ing umur 27 taun, panjenengane mrepegi H.H. Dalai Lama kaping-14 lan guru-guru Buddhis liyane, menyang pambuwangan



ing India. Ora suwe sawise tekane ing India, panjenengane diundang menyang Perancis kanggo mbiyantu para wong kang weruh babagan Tibet ing Perancis ing pasinaonane wong-wong iku mau bab agama lan budaya negeri Tibet. Para ilmuwan Eropa iki kesengsem kanggo ngundang panjenengane amerga kapinteran sarta pamikiran panjenengane sing tinarbuka (open minded). Kanthi wewaler lan berkah saka para gurune, panjenengane nekani undangan kasebut lan anbab beyasiswa Rocmenyangfeller. Panjenengane iku Lama wiwitan sing teka ing Perancis. Panjenengane mulang Basa lan Budaya Tibet saksuwene 30 taun ing School of Oriental Sinaues, Paris. Sawise pangsiun, panjenengane tetep nerusake sinau lan panggladhian pribadine. Panjenengane wis akeh mbiyantu nyusun kitab bab Tibet lan Buddhisme, uga melu ing saweneh program ing tipi lan radio.

Sawise nyinaoni Basa Perancis lan Inggris sarta nyecep pola pikir wong barat, nalika taun 1978 panjenengane wusanane sumedya kanggo miwiti mulang Dharma kang mulya saka Buddha Sakyamuni. Nalika taun iku, panjenengane ngedekake punjering Dharma sing nduweni jeneng Institut Ganden Ling ing Veneux-Les Sablons, Perancis. Ing papan panggonan iki, panjenengane menehi piwulang bab Buddhisme, donga, sarta semedi. Wiwit taun 1978 nganti saiki panjenengane wis akeh ngendhang saweneh negara, ing antarane menyang Italia, Belgia, Jerman, Singapura, Malaysia, lan Indonesia.

Panjenengane wiwit ngendhang Indonesia nalika taun 1988. Wiwit iku, saben taun panjenengane kanthi



ajeg lunga menyang Indonesia kanggo mbabarake Dharma, menahi piwulang ajaran Buddha, khususane ajaran Lamrim, lan menahi saweneh pangruwatan sarta berkah.

## RIWAYAT MANGSASA DURUNGE

Dagpo Rinpoche sing saiki, diweruhi dening H.H.Dalai Lama kaping-13 minangka tumimbal laire saka Dagpo Lama Rinpoche Jhampel Lhundrup. Dagpo Rinpoche sing mbiyen iki sadurunge wis diweruhi minangka tumimbal lairne mahaguru sing asale saka Indonesia sing nduweni jeneng Suvarnadwipa Dharmakirti (Serlingpa). Suvarnadwipa kalairake ing kulawarga Sri-Vijayendra-Raja (Raja Sriwijaya), sing uga minangka perangan saka kulawarga Sailendravamsa (Dinasti Sailendra, ing Yavadwipa), amarga Sri-Maharaja Balaputradewa (Raja Sriwijaya) iku putra saka Sri-Maharaja Smaratungga (Raja Sailendra). Ya Wangsa Sailendra sing mbangun Candi Borobudur. Kulawarga luhur Rinpoche uga melu cawe-cawe ing Paguron Luhur Agama Buddha ing Nalanda, sing ngrembaka ing mangsa pamrentahan keraton Sriwijaya ing abad 7. Suvarnadwipa banjur nyengkuyung Bhikshu kanthi aran ordinasi Dharmakirti. Panjenengane nggladhi dhiri ing saweneh papan panggonan, klebu uga sinau menyang India. Amarga upayane sing gentur lan ringkesan kabecikane sing banget akehe, wusanane panjenengane kasil nggayuh kasunyatan sing paling dhuwur minangka Bodhisattva. Kekuncaraning panjenengane minangka guru Mahayana, khususane ajaran Bodhicitta kasebar adoh nganti menyang India, Cina, sarta Tibet. Di Tibet panjenengane diweruhi kanthi jeneng Lama Serlingpa.





Atisha nggayuh lelaku saksuwene 13 Sasi liwat samudra saka India, kanthi kahanan sing angel bangete, kanggo supaya bisa kepanggih karo Suvarnadwipa ing Indonesia, kanggo anbab wejangan bab Bodhicitta (tekad nggayuh Kabuddhan kanggo kabecikan sakabehing jalma) saka panjenengane. Suvarnadwipa menahi piwulang ajaran sing asale saka Manjushri, yaiku “Pangejawantahaning Dhiri lan Jalma Liya” (Exchanging Self and Others). Sawise sinau saka Suvarnadwipa, Atisha maneh menyang India lan banjur lunga menyang Tibet. Ing kana Atisha nindakake paraga sing wigati banget kanggo nggawa panemu kang anyar kanggo Agama Buddha. Atisha nyengkuyung salah sawijining mahaguru sing diajeni banget ing Agama Buddha Tibet. Kaloro guru agung iki, Suvarnadwipa lan Atisha, nemoni maneh ing mangsa saiki ing gegayutan guru-siswa sing padha, yaiku nalika Atisha kalairake maneh minangka Pabongkha Rinpoche lan nampa ajaran bab Bodhicitta saka Dagpo Lama Rinpoche Jhampel Lhundrup. Dagpo Lama Rinpoche Jhampel Lhundrup iki ndarbeni cawe-cawe sing wigati banget kanggo Buddhisme Tibet kanthi nguripake maneh ajaran Lamrim ing bageyan kidul Tibet. Panjenengane kesuwur banget amerga katrangan bab Lamrim lan amerga kasunyatan panjenengane tumraping Bodhicitta. Akeh guru Lamrim ing mangsa iku sing anbab piwulang lan katrangan Lamrim saka Panjenengane nganti anbab kasunyatan amerga ajaran Lamrim kasebut.

Trah tumimbal laire Dagpo Rinpoche liyane akeh banget. Klebu guru-guru agung kaya Bodhisattva Taktunu sing urip ing



mangsa Buddha sing mbiyen. Panjenengane lila legawa adol sairis daginge kanggo aweh cecawisan menyang gurune. Kejaba iku, pertapa India nduweni jeneng Virupa lan para winasis Gunaprabha uga dipitayani minangka tumimbal lair saka Rinpoche.

Ing Tibet dhewe, guru-guru sing klebu ing trah Dagpo Rinpoche iku Marpa Lotsawa Sang Panjarwa, sing ngedekake sekte Buddhis Kagyu. Panjenengane kesuwur amerga nyengkuyung guru sing nyengkuyung Jetsun Milarepa nggayuh kasampurnan kanthi gegladhen sing gentur banget. Kejaba iku uga, Londoel Lama Rinpoche, guru semedi lan para winasis sing wigati ing abad menyang-18, siswa saka H.H. Dalai Lama kaping-7. Kaya uga Milarepa, Londoel Rinpoche uga ndarbeni mangsa enom sing angel. Panjenengane dadi salah siji guru kuncara ing abad kasebut, lan guru saka para winasis ing antarane Jigme Wangpo. Panjenengane uga ngrakit seratan cacahé 23 jilid. Ing mangsa saiki, saweneh Mustaka Wihara Dagpo Shedrup Ling uga klebu ing tumimbal laire Rinpoche sadurunge.



## ~\*~WEDARAN I~\*~

(15:30 – 18:00 WIB, 22 Februari 2013)

**K**aya sing wus dijlentrehake dhek mau bengi (ing sesi Opening Speech), sing paling wigati tumrap kita yaiku ngendalekake batin ngantikita bener-bener saguh nguwasani. Kahanan kita saiki ana ing kahanan kosok baline. Saiki kita dikuwasai lan dikendhalekake dening batin. Lan krana ing njero batine awake dhewe dikuwasani klesha, wusana klesha mardhika tumindak sakkarepe dhewe.

Aja digagas wong-wong kang nembe nandhang lara, amerga wong-wong iku ana ing kahanan kang beda. Nanging yen ngrembug babagan wong kang kang ana ing kahanan sing lumrah kaya padhatane, kapan bae bisa tuwuh kahanan sing ora didhemeni, mulane wong-wong iku gampang banget tumindak ala mung krana sethitik bae gara-gara, kaya ana panemu kang ora nyenengake atawa ana ukara guneman kang murang tata. Kahanan mangkono iku bisa kedaden amerga kurange kendhali tumrapping batin. Padha durung bisa ngempetsupaya ora tumindak ala yen nganti ana kekadayan kang ora dikarepake.

Mbokmenawa ing urip iki kita ana ing kahanan urip kang nyenengake nganti tataran tartamtu, banjur ana kekadayan kang



ora didhemeni lan ujug-ujug ilang kabeh kahanan kan nyenengake iku mau. Kabeh bisa owah. Ing wektu tartamtu kabeh bisa mlaku kanthi lancar nanging dumadakan ana kedadeyan kang ora nyenengake teka. Wusanane kita kelangan kendhali dhiri tumraping batin lan pungkasane tuwuh rasa sedhah.

Menawa kita pengin batin kang santosa, ya amung ana siji prekara kang kudu ditindakake, yaiku kang diarani nggladhi batin, kita kudu ngendhalekake batin kita. Menawa nganti ora bisa ngendhalekake batin, kita isih bisa musatake pikiran kita marang prekara-prekara liyane, kayadene nggayuh panggaweyan, ngumpulake kanca, numpuk donya brana utawa ngupaya apa bae nanging kita ora ngupaya lan nggadhi batin, banjur kita ora bakal bisa nggayuh kabagjan lan kasantosan kang dikarepake mau. Sakabehing kabagjan iku maneka warna cacahé nanging ya mung kesenangan kang ora langgeng sipate.

Kanggo nggayuh kabagjan kang manteng stabil, kita kudu ngendhalekake batin. Padhaa dibatin apa kang dak aturake iki bener apa ora. Aja amerga aku sing ngomong njur njenengan kabeh nyarujuki ngono bae tanpa mriksa dhisik. Panjenengan katuran mriksa lan mbatin aturku iku bener apa ora. Nanging aja dipikirake mung tinalar utawa ora tinalar bae. Gathukna kabeh iku marang kedadeyan-kedadeyan nyata kang ana ing urip panjenengan, lan priksanèn apa kang diwedharake iki bener apa ora. Mikir kanthi cara kaya ngene iki dudu prekara kang ora bisa njenengan tindakake. Nanging panjenengan nduweni kabisan kanggo nggandhengake antarane kedadeyan-kedadeyan iku mau tumraping pengalaman pribadi.



--WEDARAN I --

Urip kita iki gumantung ing dhiri pribadi. Faktor-faktor njaba ya uga melu nduweni peran. Nanging kabagjan sejati iku tetep gumantung ing dhiri pribadi. Kabagjan iku gumantung ing kahanan batin, yaiku kabisaning dhiri anggone nduweni panemu sing bener lan nduweni kahanan batin kang santosa luar saka kahanan njaba. Kabagjan iki ana ing diri pribadi. Maksudé, kita kabeh nduweni tanggungjawab tumrap kabagjaning dhiri pribadi. Menawa gumantung ing kahanan njaba, pawongan iki ora bakal pikantuk kabagjan lan kasantosan sing dikarepake.

Kita kabeh — ora preduli sapa lan apa kang ndhasari — kudu ngupaya kanggo nggladhi batin. Nggladhi batin iku dudu amung kanggo wong Buddha bae. Nanging kanggo kabeh jalma amerga sejatine kaeh jalma iku pengin urip begja lan santosa. Ing babagan njenengan sing teka ing kene, njenengan kabeh ndarbeni kapinteran lan kabisan kanggo nggladhi batin. Kesempatan kang migunani iki ora diduweni dening jalma kang dilairake minangka kewan. Senajan kewan ya uga duwe kekeparepan nandhang santosa, nanging kewan ora nduweni kabisan nggladhi batin. Nanging panjenengan kabeh sing ana aneng kene nduweni kabisan kanggo ngleksanakake jejibahan kang wigati iki kang wus gumelar ing ngarep panjenengan.

Seje yen ana ing antarane panjenengan sing ana ing kene iku wong Arya utawa Arहत, utawa wong kang nembe nggladhi kebatinan utawa wong kang mertapa. Kanggone jalma-jalma kae mau, jejibahane wus rampung. Kanggone jalma agung kaya iku tanggeh lamun menawa isih prelu teka kanggo ngrungokake piwulang dharma kaya meangkene iki. Nanging kanggone para penggladhi buddhis,



nggladhi batin iku jejibahan kang utama sing kudu dilaksanakake. Menawa ana wong kang ngaku minangka penggladhi buddhis lan nindakake akeh prekara kang dianggep minangka nggladhi buddhis ning ora nggladhi lan ngendhalekake batine dhewe, apa bae kang dilakoni iku ora klebu penggladhen buddhis.

Mesthi bae, apa kang dak aturake iki ora kanggo para Arya lan Arahata. Nanging, menawa panjenengan kabeh sing ana ing kene iki manungsa biasa kayadene aku, aja nganggep pitutur iki minangka angin liwat. Kita kabeh nduweni batin lan kita kabeh nduweni kualitas apik kang bebarengan karo sipat-sipat ala liyane. Ana kualitas lan sipat ala kang katon, nanging ana uga kualitas lan sipat ala sing isih ana ing tataran kang ndhelik. Tuladhane kualitas apik iku ya tansah nggladhi lan numangkarake kapitayan. Tuladhane sipat ala iku ya kayadene klesa oyot lan klesa sekunder. Yen panjenengan isih kaya aku, ing jeroning batin kita iki isih ngandhut kabeh klesa kang wus kasebut mau. Lan menawa batin iki isih nduweni klesa, ora bakal kasantosan lan kabagjan iku tumeka. Wusana, wigati banget anggone kita iki ngendhalekake batin.

Mesthi bae klesha ora bisa langsung dibuwang kabeh amung telung dina kaya ing mangsa kita retreat iki. Nanging dadi lan apike menawa kita saguh, ning iku ora mungkin, kang bisa ditindakake ing telung dina iki ya mung ngurangi lan ngrindhiki kekuwatane klesha supaya sithik orane kekuwatane klesha bisa disingkirake. Contone, yen ana ing antarane panjenengan kabeh nduweni sipat gampang nesu, nduweni sipat lena, medhit utawa nduweni ati kang ora bisa pegat karo apa sing diduweni, wiwit dina iki nganti dina-dina sesuke,



--WEDARAN I--

panjenengan bisa mriksa prekara-prekara mental kang ngribedi lan ngupaya supaya prekara-prekara iku mau ora mijil metu lan nguwasani batin. Iku kabeh prekara kang bisa banget panjenengan tindakake linandhasan kabisan panjenengan sowang-sowang.

Menawa ing dina-dina sesuk panjenengan bisa ngleksanakake pituduh kanggo ngendhalekake klesha lan ngawasi batin kaya mangkono, iku prekara kang klebu apik banget. Piye carane ngendhalekake klesha? Ora cukup yen kita mung muni, “Aku ora bakal ngidini angkara iki metu.” Utawa, “Aku ora bakal ngidini supaya ati kang tansah duwe rasa ndarbeni ini tuwuh.” Tumindak kaya mangkono iku durung cukup kanggo ngrantasi klesha. Kanggo ngrantasi kita kudu ngembangake cara mikir kang kuwalik klawan klesha. Menawa kita ngembangake kahanan batin kang mulya, sipat-sipat kadarbenan, amarah lan saktipiturute kang kuwat iku ora bakal metu.

Menawa ana ing antarane panjenengan sing duwe panemu apa gunane nglawan klesha-klesha kang utama ing telung dina banjur sakwise telung dina iki liwat ya bakal balik maneh ing tumindak-tumidak sing kaya biasane. Panemu kaya mangkono iku kurang trep, menawa panjenengan ngupaya kanthi temen-temen ing wektu telung dina iki lan menawa nganti telung dina iki wus liwat, nalika klesha arep tuwuh maneh utawa ngetokake tandha-tandha arep metu, panjenengan bisa ngupadi supaya paling ora klesha iku aja nganti nguwasani batin maneh.

Peribasan wong kang konangan goroh. Nalika wong iku arep goroh maneh, dheweke rumangsa isin, menawa bisa uga ora wani



nyawang panjenengan. Kanthi cara sing padha, yen panjenengan wus kasil ngowahi kekuwatane klesha, nalika klesha tuwuh maneh iku kayadene klesha kang wus nate dikalahake. Panjenengan wus nate ngendhalekake utawa nglawan klesha iku mau banjur nalika klesha iku arep tumindak maneh, lir wong sing wis konangan goroh, dheweke bakal rumangsa isin wirang lan ora bisa tumindak maneh kanthi rosa.

Menawa panjenengan ngupaya sakkuat-kuate daya kanggo ngendhalekake lan ngrantasi klesha, kang bisa njenengan tindakake yaiku mung ngendhalekake, ning ora bisa nyingkirake. Iku amerga jamune durung kepara kuwat anggone nyingkirake lan ngilangake klesha. Kanggo nglangake klesha kanthi bener-bener kita kudu ngrantasi nganti tumekan oyot-oyote. Oyote klesha iku ya nduweni rasa milik utawa ndarbeni kang kuwat tumrap jati dhiri. Sakdurunge ngrantasi lan nyingkirake oyoting klesha, panjenengan ora bakal bisa nyingkirake sakabehing klesha. Nanging sawetara wektu panjenengan isih tetep bisa ngupaya kanggo ngendhalekake.

Nalikan kita ngetokake amarah utawa rasa melik tumrap sapa padha utawa apa bae, kita nduweni panemu menawa pawongan utawa apa bae iku nduweni jati dhiri kang sejati, iku kabeh padha bisa metu saka awake dhewe lan bisa ngadek dhewe tanpa gumantung ana ing prekara liyane. Panemu kaya ngono iku sing bisa ndadekake awake dhewe ngrasakake amarah utawa rasa milik. Menawa kita ora nduweni panemu kaya mangkono, kita ora bakal ngetokake amarah lan rasa ndarbeni tumrap sapa padha utawa prekara apa bae.





--WEDARAN I--

Minangka conto, biasane awake dhewe nesu karo liyan utawa apa bae sing dianggep ora nyenengake, ora apik lan kosok baline kita ngarepake apa bae kang nyenengake. Apa bae kang kita anggep nduweni sipat nengsemake utawa ora nengsemake sing sejati iku tuwuh karepe dhewe tanpa gumantung marang prekara liyane iki sing nuwuhake amarah lan rasa milik. Yen kita ora nduweni panemu tumrap apa bae kang nduweni sipat nengsemake lan ora nengsemake kang sejati tumrape dhiri pribadi, kita uga ora bakal nuwuhake brahmantya utawa rasa milik marang barang kasebut.

Guru Tibet, Raja Dharma Dromtonpa matur menawa ing antarane kabeh pitutur, sing banget paramartane yaiku Tripitaka utawa Telu Kranjang kang ngandhut tembung-tembunge Sang Buddha. Kabeh pitutur iku banjur bisa diringkes menyang siji cara kang jodho kanggo katelune warna-wernaning panggladhi. Pitutur iki kang aran “Damaring Sang Dalan Tumuju Kewasisan”, utawa kena uga sinebut Dalan-Dalaning Tumuju Kawicaksanan.

Dening para dwija agung ing jaman kuna, pitutur iki diibaratake reroncean tasbih kang digawe saka emas. Yen panjenengan nduweni tasbih kang digawe saka emas lan banjur tasbih iku didol, panjenengan bisa antuk duwit kanggo saumur urip. Amung srana adol siji bae tasbih emas iku, duwit kang panjenengan duweni cukup kanggo urip pirang-pirang dina lan bisa-bisa malah turah-turah.

Prekara kang padha lumaku kanggo Dalan-Dalaning Tumuju Kawicaksanan. Menawa panjenengan mraktekake sakabehing cara,



panjenengan bakal nggayuh sakabehing tujuwan kang digayuh, Nanging, kanthi mraktekake sakbageyan cara kang ana ing dalam iku bae wis bisa nuwuhake mangpaat. Sak bageyan ing tataran dalam kang dipraktekake lan digladhi kanthi bener bakal menahi kagunan kang banget wigatine kanggo srana nggayuh sakabehing tujuwan. Iku sesbabe ing gatra kang diaturake dening Dromtonpa, gatra kang kaping papat muni, “ Ngebaki tujuwane dhewe-dhewe lan sakabehing jalma.”

Ora preduli apa wong iku klebu penggladhi ing tataran kang cilik, sedhengan utawa agung, magepokan karo jarwa kasebut, kita ora prelu njupuk kabeh reroncening tasbeh emas, nanging mung cukup sak wiji bae, tuladhane, Karma lan akibat-akibate.” Yaiku babagan kang saiki kita sinaoni, renungake lan digladhi.

Babagan “Karma lan akibat-akibate.” iku dudu babagan kang durung ditepungi kanggone saweneh panjenengan kang ana ing kene. Akeh-akehe panjenengan wis nyinaoni babagan iki kanthi gamblang. Aku pitaya akeh uga kang wus ngrenungake. Mbokmenawa ana saweneh pawongan kang isih anyar karo babagan iki ning akeh-akehe sing ana ing kene babagan iki dudu babagan anyar maneh.

Sabanjure, senjata panjenengan wis nate mirengake wedaran bab iki ora mung sepisan, nanging panjenengan tetepa kudu ngupaya kanggo nyinaoni apa kang bakal panjenengan rungokake dinane iki. Tanpra beda kanggone wong-wong sing pancen wis nggayuh kasejaten tumrapping ros-rosaning Dalan, ngrungokake maneh babagan iki ora bakal rugi, nanging malah migunani.



--WEDARAN I--

Ing retreat iki aku bakal menahi pituduh lesan sakabehing Garis-Garis Gedhe Lamrim. Saiki, aku bakal macakake Garis-Garis Gedhene nganti tumekan babagan “Karma lan Asil-Asile”. Banjur aku bakal menahi katrangan babagan iki. Babagan-babagan sisane Garis-Garis Gedhe Lamrim bakal dak wenehake ing pungkasane acara retreat iki, minangka pratandha kang becik.

Wigati banget kanggo panjenengan kabeh njupuk mangpaat saka tekaning panjenengan ana ing kene, kanthi cara ngrungokake ajaran kanthi kekarepan kang becik. Kanggone Buddhis, kekarepane yaiku mungkasi panandhang sakabehe jalma lan nyawisake kasantosan lan kabagjan kang agung. Kahanan panjenengan saiki wis antuk kamulyan dupi lair minangka manungsa. Mula, saiki mangsane kanggo panjenengan kanggo ngupadi lan ngupaya nggayuh Kabuddhan kang jangkep lan sampurna kanggo gegayuhane sakbebing jalma.

Kanggo sing dudu Buddhis, panjenengan kudu nduweni panemu dene panjenengan iku wis antuk kesempatan kang banget gunane ing urip iki. Gunakake kesempatan iki ora mung kanggo nggayuh kabagjaning lan kasantosaning dhiri pribadi nanging uga bisoa mbiyantu jalma-jalma liyane. Ya iku sebabe panjenengan ana ing kene kanggo ngrungokake wedaran kang bakal numangkarake batin lan minangka jalma kang aweh pitulungan marang liyan.

[telung menit kanggo nuwuhake kekarepan]

Sadurunge menahi piwulang lesan “Pitutur-Pitutur Dwija kang Migunani.” Aku arep nyapa sapa bae sing ana ing kene sing



melu acara retreat iki lumantar giyaran webcast — kang kasebar ing ngendi-endi negara ing bumi iki. Aku ora duwe kesempatan nyapa ing sesi wingi bengi. Amerga panjenengan kabeh ngrungokake saiki, aku bakal nyapa njenengan kabeh. Kawuningana dene senajan jasad jisim panjenengan ora ana ing kene, nanging sejatine kita kabeh tansah nyawiji. Sapa bae sing melu webcast badan aluse bisa ana ing kene lan manut panemuku iku banget wigatine.

Kanggo sapa bae kang duwe seratan Garis-Garis Gedhe Lamrim, diaturake melu pambabaran kang bakal diwenehake. Menawa ora, panjenengan bisa melu pambabaran kanggo srana kebatinan.

[Pambabaran “Pituduhing Para Dwija kang Migunani” nganti bagean “Karma lan Asil-asile”]

[Ngaso Sawetara]

Garis-garis gedhe Lamrim kabagi menyang papat bageyan, yaiku:

1. Katrangan bab kualitas agunge dwija kebatinan kanggo nuduhake asline sumber ajaran (Lamrim)
2. Katrangan bab kualitas agunge ajaran (Lamrim) iku dhewe kanggo nggugah rasa urmat tumrap pituduh-pituduh.
3. Kepriye carane ngrungokake lan mulangake ajaran kanthi kualitas sakloron kaya kang wus kasebut ing ndhuwur.
4. Kepriye anggon kita para murid iki disengkuyung dening ajaran Lamrim kang sakbenere.

Bab kapapat, kepriye kita para disengkuyung dening ajaran Lamrim kang sakbenere, kabagi menyang rong prekara:

1. Kepriye carane gumantung marang dwija kebatinan kita,



--☯--WEDARAN I --☯--

oyoting saka sang dalan.

2. Sawise nggantugake marang dwija, kepriye carane supaya alon-alon sukur kelakon bisa ngembangake batin.
3. Bab kaping pindho, Sawise nggantugake marang dwija, kepriye carane supaya alon-alon sukur kelakon bisa ngembangake batin,

Kabagi menyang telung bageyan gedhe:

1. Nggladhi batin marang tataran-tataran dalan kang ditindakake bebarengan karo jalma-jalma kanthi tataran kekeperan wiwitan.
2. Nggladhi batin marang tataran-tataran dalan kang ditindakake bebarengan karo jalma-jalma kanthi tataran kekeperan sedhengan.
3. Nggladhi batin marang tataran-tataran dalan kang ditindakake bebarengan karo jalma-jalma kanthi tataran kekeperan paling dhuwur.

Cara kang ditindakake bebarengan karo jalma-jalma kanthi kekeperan wiwitan kabagi dadi loro:

1. Ngembangake tumindak minangka kekeperan marang klairanklairan maneh kita ing mangsa sakuwise.
2. Gumantung ing cara kanggo nyatakake kabagian ing klairan-klairan maneh ing mangsa sak uwise.

Bab kaping pindho, gumantung marang cara kanggo nyatakake kabagian ing klairan-klairan maneh ing mangsa sak uwise, nduweni rong bageyan:

1. Nggladhi panggonan kang santosa, lawang kang utama kanggo ngrasuk Dharma.



2. Ngembangake kapitayan maang hukum karma lan asil-asile, oyoting sakabehing kabagjan.

Bab kang kaping pindho, ngembangake kapitayan marang hukum karma lan asil-asile, oyoting sakabehing kabagjan, nduweni telung bageyan:

1. Ngrenungake prekara-prekara padhatane karma lan asil-asile.
2. Ngrenungake prekara-prekara khusus karma lan asil-asile.
3. Sak uwise ngrenungake, kepriye carane ngedohi tumindak ala lan nggladhi kabecikan.

Bab kaping pisan nduweni rong bageyan:

1. Mbatin kang sejatine marang prekara-prekara padhatane saka karma lan asil-asile.
2. Mbatin macem-maceming karma kanthi dhewe-dhewe.

Apa bae kang klebu kebatinan kang sejati marang prekara-prekara padhatane saka karma lan asil-asile. Iki minangka sipat kang ana ing sakabehing warna-warnaning karma, becik utawa ala.

1. Pepesthen karma.
2. Tuwuhe karma kang banget cepete.
3. Kita ora bakal ngalami asile karma kang durung nate kita tindakake.
4. Karma kang wis ditindakake ora bakal ilang ngono bae.

Ngrembug babagan karma lan asil-asile kanthi padhatane nduweni jarwa ya ngrembug papat sipat kang nembe bae kasebut ing ndhuwur, nanging yen ngrembug karma lan asil-asile kanthi padhatane nudhuhake wolung warna asil kang wis bener-bener mateng sampurna.



--WEDARAN I --

Bali marang bab “Ngembangake kapitayan marang hukum karma lan asil-asile, oyoting sakabehing kabagian” kang kabagi dadi bageyan wiwitan kanggo katrangan padhatane lan kaping pindho kanggo katrangan khusus. Sing waspada aja nganti ngaworake bab kang kaping pindho karo bab kang wiwitan, amerga bab kang kaping pindho iku isih bisa kabagi maneh menyang telung bageyan, kang nudhuhake asil-asil kang mateng sampurna saka karma-karma tartamtu.

Nalika ngrenungake prekara-prekara padhatane kita ya uga mbatin kapapat sipating karma uga katrangan warnaning karma kanthi dhewe-dhewe, klebu karma ireng lan karma putih. Banjur, aja nganti kleru ing panemu bab kang kaping pindho. [ngrenungake warna-warnaning karma kanthi dhewe-dhewe].

Bab kaping wiwitan [mbatin kang sejati marang prekara-prekara padhatane saka karma lan asil-asile] kabagi menah menyang papat sipat karma. Bab kang kaping pindho [ngrenungake warna-warnaning karma kanthi dhewe-dhewe] kabagi dadi telu:

1. Ngrenungake karma ireng lan asil-asile.
2. Ngrenungake karma putih lan asil-asile..
3. Njlentrehake karma kang banget gunane kanthi ringkes.

Adhedhasar katrangan tumrap garis-garis gedhe Lamrim kanggo babagan karma lan asil-asile, panjenengan bakal pikantuk gambaran katrangan kang bakal dibabar mengkone. Umume, aku bakal ndhasari pambabaran saka Seratan Agung Tataraning Cara Tumuju Marang Kawicaksanan (Lamrim Chenmo). Mesthi bae aku ora bisa mbabar sakabehing katrangan karma adhedhasar Lamrim



Chenmo amerga bakal mangan wektu akeh, nanging aku bakal njlentrehake bab-bab kang wigati bae saka Lamrim Chenmo, uga seratan Pamardhikan ing Tangan Kita.

Ing tataran cara kekerepan wiwitan, bab kaping pindhone yaiku “Gumantung marang cara kanggo nyatakake kabagjan ing klairan-klairan maneh ing mangsa sak uwise” kang banjur kabagi maneh menyang rong bageyan:

1. Nggladhi panggonan kang santosa, lawang utama kanggo ngrasuk Dharma.
2. Ngembangake kapitayan marang hukum karma lan asil-asile, oyoting sakabehing kabagjan.

Apa jarwane? Manut apa kang wus dibabarake ing Lamrim Chenmo, iku nduweni jarwa dene kita kudu nguwasani pambageyan kabecikan lan angkara murkan klebu asil-asile. Panjenengan kudu ndadekake minangka panggladhening panjenengan, yaiku mareni angkara murka lan ngembangake kabecikan. Intine, ya iki kang dimaksud karo nggladhi dharmas ing Buddhisme.

Kepriye gandheng rentenge antaraning bab karma sadurunge, yaiku golek panggonan kang santosa? Nalika ana wong kang santosa, dhasare dheweke nyawang Buddha minangka dwija kang ngajarake kasantosan. Dheweke uga nampa ajaran minangka kasantosan kang sejati. Sak uwise nampa ajaran, panggladhi banjur ngupaya nyatakake ajaran iku ing njero dhiri pribadine. Banjur, dheweke uga nampa Sangha minangka tuladha ing nggladhi kebatinan. Ringkese, yaiku kang ditindakake ing panggedhen golek kasantosan.





--WEDARAN I--

Saka telung bab kasantosan, ngasilake Ratna Dharma ing njero batin kita dhewe kang klebu babagan kasantosan kang sejati. Ratna Dharma aweh santosa marang kita saka cebloking kita ing alam sangsara kanthi jangkep, sarta nyatosani kita saka kamardhikaning dhiri.

Kepriye carane Ratna Dharma nyantosani kita saka alam sangsara? Lamun kita nduweni kekeparepan marang babagan Ratna Dharma endi sing bener-bener nyantosani kita saka alam sangsara, wusana wangsulane yaiku ngedohi sepuluh dalam karma ireng lan nggladhi sepuluh dalam karma putih. Rong bab iki kang bener-bener nyatosani sapa bae saka panandhanging alam sangsara. Nalika kita wis bener-bener nyatakake lan mraktekake sepuluh dalam karma putih lan ngedohi sepuluh dalam karma ireng, banjur kita bakal bener-bener adoh saka panandhanging alam sangsara.

Kepriye carane nggladhi sepuluh dalam karma putih supaya nyantosani kita saka panandhanging alam sangsara? Menawa kita bener-bener nggladhi sepuluh dalam karma putih, anggone ngadhepi antaka, kabecikan kang digayuh saka panggladhen ini bakal tetep ana ing njero batin kita. Asile, kita bakal mati ing kahanan batin kang becik kang nggawa awake dhewe menyang alam kang luhur. Kanthi lair maneh ing alam kang luhur, kita uga adoh saka alam sangsara klebu sakabehing panandhang-panandhange. Ya iki katrangan kepriye Ratna Dharma aweh santosa saka panandhanging alam sangsara.

Menawa kita bener-bener mbatin loro-loroning warna karma klebu asil-asile ing mangsa sing suwe, kita bakal mareni angkara



murka lan nggladhi kabecikan. Kanthi cara mangkono, kita bakal ngendheg sebab-musabab lair ing alam sangsara. Ya mung iki carane ngendheg lair ing alam sangsara.

Seratan Agung Tataran Cara Tumuju Kawicaksanan (Lamrim Chenmo) ing kaca 257 nyebutake:

“Ing tataran iki, kuwasanana pembagiyan kabecikan lan kamurkan, sarta asil-asile. Dadekake minangka penggladhine panjenengan, yaiku ngendheg kamurkan lan ngembangake kabecikan. Amerga, kejaba panjenengan mbatin kanthi suwe bab rong warna karma lan asil-asile, lan kanthi pas ngendheg kamurkan lan ngembangake kabecikan, panjenengan ora bakal mandheg ngripta sebab-musababing lair ing alam sangsara.” [Seratan Agung Cara-Caraning Tumuju Kawicaksanan, Cap-capan kaping sepisan, Penerbit Kadam Choeling, Desember 2011, Kaca 257]

Kanggo ngendheg sebab-musababing lair ing alam sangsara, prekara kang sepiran kita kudu pitaya marang karma dan asil-asile, dene dhasare yaiku: kabagjan iku asale saka kabecikan dan panandhang iku asale saka angkara murka utawa kamurkan. Kita kudu bener-bener percaya marang dhasaring karma lan asil-asile banjur kita bakal bisa ngerteni kena apa bab iki disebut “Ngembangake kapitayan marang hukum karma lan asil-asile, oyoting saka sakabehing kabagjan.”

Bab iki kabagi menyang ngrenungake utawa mbatinake prekara-prekara umum lan khusus saka karma lan asil-asile. Kanggo mbatin prekara-prekara umum karma lan akibat-akibate, dibagi



maneh dadi loro: mbatin kang sejati marang prekara-prekara umum lan mbatin warna-warnaning karma kanthi dhewe-dhewe.

Pambatinan kang sejati marang prekara-prekara umum karma kabagi menyang patang bab:

1. Pepesthene karma
2. Tuwuhe karma kang banget cepete
3. Kita ora bakal nglakoni asile karma kang during nate kita tindakake
4. Karma kang wus nate ditindakake ora bakal ilang ngono bae

### **Katrangan 1. Pepesthene karma**

Kanggo sapa bae sing gampang nampa ature Buddha minangka kekedeyan kang bener, banjur kanthi ngerteni dene sipating karma kang kaping pisan iki yaiku sipat kang dituturake dening Buddha, iku wis cukup kanggo sapa bae gawe mangertenine. Naming, kanggo saweneh wong liya cara iki bias bae during cukup. Iku sebabe ing Lamrim Chenmo ana katrangan kang dijlentrehake ing kaca 258:

“Sakabehing kabagjan minangka rasa kang nyenengake — apa iku sing dilakoni dening jalma biyasa utawa uga jalma jalma agung, uga sing klebu kekareman cilik kayadene maruta sumilir kang nyegerake kanggo jalma kang lair ing nraka — tuwuh saka karma becik sing wis kaimpun sadurunge, ora mungkin yen kabagjan iku asale saka karma ala. Sakabehing panandhang utawa rasa kang ora nyenengake — klebu uga panandhang sing paling cilik kang liwat ing ilining batin Arahat — tuwuh saka karma ala kang wus dikumpulake sadurunge. Ora mungkin dene panandhang iku asale saka karma bacik.”



Ana pethikan saka Ratnavali kang muni:

“Saka kamurkan tuwuh sakabehing panandhang  
Lan mesthi bae, sakabehing alam kang nyengsarakake.  
Saka kabecikan tuwuh sakabehing alam kabagjan  
Lan kabagjan ing sakabehing klairan maneh.”

Kabagjan lan panandhang ora bisa dumadi tanpa ana sing ndadekake. Sebab-sebabekudu nduweni sipat dhasar kang padha karo akibat sing asilake, dudu dewa utawa jalma kang ngripta rasa santosa utawararasangsara. Seblan akibat kang diasilake kudu pas lan padha.

Menawa ana wong kang muni dene kabagjan ora nduweni sebab — artine ora gumantung ana ing sebab — iku nduweni arti bakal sentyasa ngrasakake kabagjan, ing wektu liyane kita rumangsa ora begja. Sedhik dan gumbira, susah lan seneng. Gonta-ganti lan tansah owah amerga sebab-sebabe. Menawa anasebabe, kita bakal ngrasakake asile. Tanpa sebab, kita ora bakal ngrasakake asil utawa akibate.

Sebab-sebab kanggo tuwuh kabagjan ora bias tuwuh saka apa bae kang ora pas utawa ora padha. Kabagjan ora tuwuh saka bumi utawa saka jero lemah. Kabagjan ora tuwuh saka pepeteng. Kabagjan ora diwenehke dening jalma pangripta. Kabagjan uga dudu saka sebab wiwitan utawa kasejaten wiwitan. Iku kabeh minangka sebab-sebab kang ora pas utawa ora padha karo asile utawa akibate.

Kanthi cara ngene iki, sacara umum kita bias nyawang dene kabagjan lan panandhang iku asale saka sebab-sebab kang pas lan padha, yaiku kabagjan kanga sale saka kabecikan



--WEDARAN I--

lan panandhang iku asale saka kamurkan. Dhasar iki kanggo padhatane lan uga kanggo mangsa-mangsa khusus sing kita rasakake. Apa kang kita rasakake iki kita duweni saka sebab-sebab kang pas lan padha ing saben mangsa. Ora mungkin ada kesalahan utawa campuring antarane sebab lan akibat kang diasilake, ana ing tataran umum uga ana ing tataran khusus.

Lamrim Chenmo (edisi bahasa Indonesia) kaca 259 muni:

“Kabagjan lan panandhang, sacara umume asale saka karma becik lan karma ala, lan warna-warnaning kabagjan lan panandhang kang tuwuh, tanpa sethithik bae nemahi karubedan, asale saka sebabe dhewe-dhewe ing loro-loroning warna karma iki. Antuk kawruh kang teguh babagan pepesthen utawa mesthi tumindake karma lan asil-asile disebut minangka panemu bener kanggo sakabehing buddhis lan pinuji minangka dhasar kanggo sakabehing kabecikan.”

Wigati banget kanggone kita kabeh netepake lan ngerteni bab kang wiwitan iki. Ya mesthi bae iki dudu prekara sing gampang kanggo ditindakake. Umume kita bias nampa dhasar iki mung krana iki minangka ajaran kang asale saka pitutur-pituture Buddha dhewe, nanging kita ya uga kudu bisa mbangkitake kapitayan kang kuwat bab pepesthene karma. Wis dadi sak mesthine dene kabecikan iku bakal nuwuhake kabagjan, semono uga kosokbaline. Kita uga bias mbatin pepesthene karma kanthi nyawang kedadeyan-kedadeyan kita pribadi kang ana gandheng rentenge karo dunya njaba.

Banget becike kanggone kita tansah mbatin sipating pepesthene karma beberengan karo pituduhing pribadi kang wus kita



tampasakapara dwija. Saben wayah kita sentyasa ngalamis salah siji saka katelu warnaning rasa, yaiku rasa nyenengake, rasa ora nyenengake lan ora krasa apa-apa utawa netral. Kabeh jalma urip nduweni batin lan batine sentyasa ana gunane. Batin kita iki asale saka batin utama lan prekara-prekara batiniah. Ing antaraning prekara-prekara batin, ana siji prekara kang disebut prekara batin kang sentyasa ana. Ing antaraning limang prekara batiniah kang sentyasa ana, salah sijine yaiku rasa. Among ana telung prekara babagan rasa, yaiku: nyenengake, ora nyenengake lan ora krasa apa-apa utawa netral.

Pambabaran ing ndhuwur wus gambling lan cetha banget. Sedi yakna wektu kanggo mbatinake. Batinen dene kita kabeh iki nembe lungguh ana ing kene. Saiki uga kita nandhang sakabehing warna rasa. Diwiwiti saka rasa nyenengake kayadene begja, santosa, seneng, marem lan sakpiturute. Uga rasa kang ora nyenengae, kayata ora marem, rangu-rangu, kuatir lan sakpiturute. Utawa bisa uga dudu rasa nyenengake uga dudu rasa ora nyenengake utawa kita nembe ana ing kahanan antaraning rong prekara kasebut.

Coba gatekna lan waspadakna apa bae sing panjenengan rasakake saiki uga. Kayadene mau kang wus dijlentrehake, bisa uga panjenengan krasa begja lan santosa. Menawa panjenengan krasa begja, panjenengan bisa nuwuhake utawa nguwati rasa kasebut saengga rasa iku sansaya cetha lan sansaya kuwat dirasakake. Nalika rasa santosa iki tuwuh kanthi kuwat, ngertenana dene rasa kang nyenengke iki asale saka kabecikan.

Kosok baline, menawa panjenengan ngrasakake rasa kang ora nyenengake, kaya rasa kuatir, kewedan lan sak piturute,



--WEDARAN I--

banjur elinga dene rasa kuatir iku lan waspadakake supaya rasa iku sansaya cetha lan kuwat. Prekara kang padha bisa uga ditindakake marang rasa netral. Kanggo rasa netral, sak uwise dituwuhake kanthi kuwat, kita bisa ngerteni asale, yaiku dudu saka kabecikan uga dudu saka kamurkan. Mulane kita bisa nguwatake lan nyethani telung werna rasa kang kerep kita rasakake, banjur kita ngupaya ngerteni asale. Apa bae rasa pangrasa kang kita rasakake iki diasilake saka sebab-sebab kang pas karo dheweke.

Kita jupuk wektu telung menit kanggo mbatin kaya katrangan kang wus diwenehake. Ngertenana rasa-rasa iku bebarengan karo sebab-sebabe. Tuwuhake pangerten ing jeroning batin dene rasa tartamtu minangka asil saka sebab tartamtu kang pas karo dheweke.

[semedi telung menit]

Sabanjure, kita bakal njupuk wektu pitung menit kanggo ngerteni rasa apa bae kang nembe kita rasakake saiki uga. Yen kasil ngerteni, nyethani dan nguwati rasa kasebut —apa iku nyenengake, ora nyenengake, utawa netral — wusana kita kudu bisa menyang panemu dene rasa kang nyenengake iki asale saka karma becik utawa kabecikan.

Buddha matur dene rasa nyenengake iku mung bisa dadi krana kabecikan kang wis ditindakake ing mangsa-mangsa sadurunge biyen. Padha uga tumrap panandhang utawa rasa ora nyenengake iku asale saka kamurkan kang wus ditindakake. Dene rasa netral iku asale saka tumindak-tumindak kang netral sipate. Waspadakake marang rasa panjenengan saiki uga lan batinen miturut kang wus diwedarake.



Mau wis disebutake dene kita bisa maspadakake kabagjan utawa panandhang kang nduweni sipat kebatinan, nanging kita uga bisa ngrasakake kabagjan utawa panandhang jasad. Apa-apa bae kang dirasakake badan jasad — kang nyenengake uga kang ora nyenengake — uga bisa dadi sumbering kawaspadan. Kita bisa ngerteni sumbering pangrasa badan jasad, nguwati lan nyethani pangrasa kasebut, mangerteni sumbere manut sipat dhasare kang dirasakake, lan sabanjure. Mula, kabeh kuwi gumantung ana ing pilihan panjenengan apa arep nggatekake pangrasaning batin utawa badan jasad.

[Semedi 7 menit]

Dhasare, menawa kita wis mangerteni asile saka warna-warnaning tumindak, banjur wis dadi sakmesthine kita nduweni kekarepan kanggo nindakake kabecikan sak akeh-akehe amerga kita pengin urip santosa lan begja.

## **Katrangan nomer 2. Tuwuhing karma kang cepet banget**

Terusane, sipat kaping pindho yaiku tuwuhing karma kang cepet banget. Dhasare, sacilik-cilike tumindak bae, sethithik-thithike, bisa tuwuh lan tumangkar nganti dadi pasamuwan karma sing gedhe. Contone, menawa dina iki kita mateni jalma lan ora ngakoni apa kang wis ditindakake, sesuke karmane wis ngrembaka dadi padha karo mateni rong jalma. Sesuke maneh wis ngrembaka dadi papat, ngono sakteruse. Mula, senajan kita mung mateni kewan cilik kaya lemut, yen kesalahan iki ora diakoni, wusanane karma alane bakal ngrembaka lan tuwuh terus nganti pungkasane padha karo karma ala mateni manungsa.





--WEDARAN I--

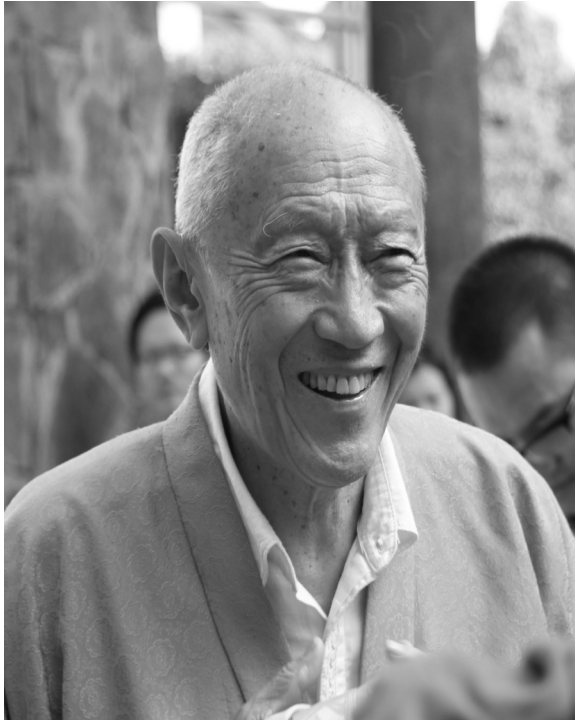
Umume, proses tuwuhe kang dumadi ing kedadeyan-kedadeyan njaba kayadene tuwuhing winih tanduran wis minangka kedadeyan kang ngedap-edapi lan gawe gumun. Contone winihe tanduran juwawut. Tanduran juwawut iku padha nduweni endhas utawa bongkol lan ing jerone ngandhut akeh banget winihing juwawut. Mulane, kita bisa nggatekake ananing pangrembakan kang cepet dumadi ing tetuwuhan.

Tuwuhing prekara njero iku luwih cepet lan luwih ngedap-edapi menawa dibandingake karo tuwuhing prekara njaba. Yen wis ngerti, aja pisan-pisan ngremehake pakarti karma kang ala apa bae. Dhasar kang padha ya kanggo karma pthih uatwa karma becik. Kita kudu nindakake karma becik, sacilik-cilike, karma becik iki ya uga bisa tumangkar ngrembaka kanthi cepet. Lan kita kudu sabisa-bisane ngedohi karma ala sacilik-cilike, iki amerga karma ala iki bisa tumangkar ngrembaka kanthi cepet uga.

Ana akeh banget crita-crita kang digiyarake kanggo njlentrehake tuwuhing karma kang cepet. Crita-crita iku nuduhake kepriye asil kang ngedap-edapi gedhene bisa teka saka sebab kang cilik. Crita-crita kasebut dijlentrehake ing kitab-kitab kayadene Vinaya-vastu, Dama-murkha-sutra (Sutra Kang Wicaksana lan Cubluk), lan Karma- ataka-sutra.

Iku wedaran kanggo wedaran iki. Kita bakal terusake ing wedaran sakbanjure.

\* \* \* \* \*



*KCI / Vivi Siskayanti*



## ~\*\*~ WEDARAN II ~\*\*~

(21:00 – 23:30 WIB, 22 Februari 2013)

**I**ng Lamrim Chenmo kaca 260 ana katrangan dene ana wong-wong kang wis nate ngalami owahing ing patang prekara — sila, ritual, penggaweyan, lan panemu. Diwedarake dene wong-wong iku durung patiya owah anggene nggladhi prekara sing pungkasan, nanging uga durung patiya kasil nggayuh kasucening saka telung prekara kang wiwitan. Buddha matur dene wong-wong kaya ngono iku bakal lair minangka naga.

Sagara-naga, ratuning para naga, takon marang Buddha:

“Begawan, ing wiwitane kalpa, aku manggon ing samudra lan Tathagata Krakucchanda isih ana ing ndunya. Ing mangsa iku, para naga uga putra-putri ing njero samudra kari sethithik banget lan kang padha melu aku wis akeh sing uwal. Saiki, Begawan, para naga uga para putra-putrine ing samudra iki akeh banget cacah nganti ora bisa kecacah. Dhuh Begawan, apa sebabe lan kahanan sing kepriye iki kok nganti bisa kaya ngene?”

Wangsulan kang diwenehake Buddha marang Ratuning naga:

“Heh Ratuning Naga, ada jalma-jalma kang wus luar saka kadunyan lan tansah nggladhi sila — wulangan kang wus



diwedarake nganti apal — nanging ora bener-bener ditindakake lan disampunakake sila-silane. Jalma-jalma iku ora patiya sampurna amerga sembahyange kurang, penggaweyane kurang, lan sila-silane uga kurang. Nanging panemune tetep bener. Jalma-jalma iku ora bakal mbalik maneh menyang jalma-jalma nraka alam kang sengsara. Jalma-jalma iku nalika mati lair maneh ana ing panggonane para naga dilairake”.

Mula, ing serat kasebut Buddha nuduhake marang nggladhi sila. Nggladi sila iku klebu sila kang ditindakake dening pasamuwaning para Sangha, nanging uga nuduhake marang tumindak kanggo ngedohi tumindak-tumindak kang nduweni sipat dhasar kleru utawa ala. Tumindak iki ora mesthi ana ing daptar sila, nanging sacara alamiah nduweni sipat dhasar sing kleru. Sembahyangan iku nuduhake marang pakarti ya tumindak, klebu pakarti utawa tumindak saben dinane uga tumindak kanggo sapa bae kang wus kapiji. Sembahyangan kapijen kang kurang klebu tata caraning mangan, mlaku lan sakpiture. Tindak tanduking nduya kang kurang iku nuduhake marang limang prekara bab penggaweyan sing kleru. Panemu kang dimaksud yaiku panemu marang hukum karma lan asil-asile.

Tumrap sapa bae kang ora njaga telung prekara kang wiwitan, naging isih nggandholi panemu sing bener tumrap hukum karma lan asil-asile, ora bakal kalairake ing alam nraka, nanging bakal lair ing alam naga.

Banjur dibabarake dene ing mangsane wulangan dening Buddha Krakucchanda, sangang atus wolung puluh yuta jalma kang



bebrayan lan sapa bae kang wus ngeculake kadonyan kalairake minangka naga amerga sambahyang, penggaweyan lan sila kang kurang. Nalika mangsane wulangan Buddha Kanakamuni, cacah nganti nem atus patang puluh yuta. Nalika mangsane wulangan Buddha Kasyapa, ana wolung atus yuta. Lan nalika mangsane wulangan Guru-ne dhewe, ana sangan atus sangang puluh yuta uga lan bakal kalairake minangka naga. Malah wiwit gurune dhewe mahaparinirvana, kapapat werna kang melu sing nindakake karma ala lan kelangan sila-silane wus mbalik lair maneh dadi naga.

Nanging, diaturake dene, senjata panggladhene jalma-jalma iku ora sejati, nalika jalma-jalma iku mati saka alam naga lan pindhah menyang rupaning panguripan anyar, jalma-jalma iku bakal kalairake maneh menyang alam dewa utawa alam manungsa lumantar kapitayaning sing ora kurang tumrapping wulangan. Nanging ora kanggone kang wus ngrasuk Mahayana, kabeh bakal mlebu Nirwana nalika mangsa-mangsa wulangan dheweke bakal dadi Buddha ing kalpa kang nguntungi iki.

Sakabehing katrangan ing ndhuwur wus ana ing seratan Lamrim Chenmo. Dadine, prekara wigatine yaiku menawa ana wong-wong kang tumindak ala, akng sila, sembahyange lan penggaweyane wus kurang utawa owah, nanging dheweke tetep nggegem panemu sing bener marang hukum karma lan asil-asile, tetep bae bisa slamet.

**Katrangan nomer 3.** Panjenengan ora bakal nemoni asil saka karma sing ora njenengan tindakake.



Kita bisa nyawang adhedhasar kedadeyan-kedadeyan kang ana ing saidenging dunya iki. Ana wong-wong kang budhal menyang palagan. Akeh kang kasulayan utawa mati nanging ana uga kang slamet. Dadi, ing palagan kita weruh biayasane ana wong-wong kang tatu nanging ora nganti mati. Ana uga wong-wongsing slamet saka cilaka kang meh mateni kabeh wong kang ana ing kono, kayata cilaka amerga kapal mabur utawa montor. Yen ana kedadeyan kaya ngono, sejatine iku dudu prekara aneh. Nanging iku amerga wong kang slamet iku ora nduweni karma kanggo mati krana cilaka, wektu lan kahanane ora menahi asil. Dadine, iki nuduhake marang kasunyatan dene sapa bae ora bakal ngundhuh asile karma kang ora ditindakake.

**Katrangan nomer 4.** Karma kang wus panjenengan tindakake ora bakal ilang.

Menawa ana karma kang ditindakake, kayata karma becik, nanging menawa kabecikan iku ora diremukake dening klesha, panjenengan bakal ngundhuh asile. Padha dene marang karma ala. Kejaba karma iku wus disucekake, dheweke bakal ngundhuh asile.

Ya iku, katrangan ringkes babagan papat prekara sipat-sipat karma kaya lumrahe.

Sabanjure, mbatin marang werna-wernaning karma kanthi ringkes ana ing katrangan sepuluh dalaning karma uga asil-asile. Iku Je Rinpoche mbabarake prekara iki lumantar takon-tinakonan.

Pitakonan: sak uwise aku ngerti sebab lan asile kabagjan dan panandhang kaya kang wus diwedarake sadurunge, dene karma iku tangkar-tumangkar, dene aku ora bakal ngundhuh asil saka tumindak



kang ora aku tindakake lan dene tumindak kang wus dak tindakake ora bakal ilang — wernaning karma lan asil-asile kang wiwitan sing kaya apa kang aku pitayani? Endi sing kudu dak kembangake lan endi sing kudu dak buang?

Wangsulan: Lumrahe, panjenengan bisa nduweni panemu dene ada telung cara kanggo nindakake tumindak becik utawa tumindak ala — badan jasad, wicaran lan batin. Senajan ora kabeh kabecikan lan kamurkan saka sakabehing telung cara iku klebu ing sepuluh cara tumindak, nanging Sang Buddha, Sang Begawan, ngringkes prekara-prekara kuncine, mulangake prekara-prekara sing paling cetha utawa kasar, ing antarane kabeh kabecikan lan kamurkan minangka sepuluh dalam tumindak becik lan sepuluh tumindak ala.

Werna-wernaning karma iku akeh nanging kabeh karma iku ditindakake srana badan jasad, wicaran lan batin. Ing antarane kabeh warna karma lan tumindak, kang paling utama bisa diringkes menyang urutan kang ngandhut sepuluh warna tumindak, yaiku sepuluh dalam karma putih lan sepuluh dalam karma ireng.

Kita kudu nggladhi sepuluh dalam karma putih lan ngedohi sepuluh dalam karma ireng. Iki dhasar kang baku kanggo sakabehing telung tunggangan utama kang nduweni kekarapan nggayuh tujuwan utama megepokan karo sakabehing jalma. Iku sebabe Buddha aweh muji gladhi dalam karma iki ing sakabehe kahanan.

Buddha mbabarake wigatine nggladhi sila kususe ngedohi sepuluh dalam karma ireng terus-terusan ing sak akeh-akehe karya. Ana pethikan saka Sagara-naga-raja-paripccha kang unine:



“Apa kang dak sebut minangka kabecikan iku oyot utama kanggo nyempurnakake sakabehing dewa lan manungsa. Iku minangka oyot-oyot kang utama kanggo kawicaksananing para Sravaka lan Pratyekabuddha. Iku minangka oyot-oyot utama saka kawicaksanan sampurna tanpa tanding. Lan apa bae oyot-oyot kasebut? Iku minangka sepuluh dalam karma becik.” [Lamrim Chenmo, kaca 267]

Pethikan ing ndhuwur njlentrehake dene kabecikan iku sing dadi asal kang sampurnaning sakabehing dewa lan manungsa. Iku nuduhake dene kabecikan minangka asaling panggayuhan klairan maneh kang luhur, kanggo dewa ya kanggo manungsa. Kaping pindho, kabecikan iku sumber kanggo panggayuhan kawicaksanan para Sravaka lan Pratyekabuddha. Nirwana kang digayuh iku minangka kasantosan lan kabagjan kang nudweni sipat definitif. Kaping telu, kabecikan iku sumber kanggo panggayuhan kawicaksanan jangkep lan sampurna, yaiku Kabuddhan.

Apa kang ndhasari sakabehing panggayuhan iku? Wangsulane yaiku sepuluh dalam karma putih utawa sepuluh karma becik. Wedaran sabanjure kang ana ing Lamrim Chenmo mbabarake akeh panemu kang amba. Werdi kang arep diaturake yaiku ngedohi sepuluh karma ireng lan nggladhi sepuluh dalam karma putih. Panggladhen iki minangka bab kang wigati kanggo sakabehing tataran panggayuhan, klebu tumibal lair ing alam kang luhur, panggayuhan nirwana, nganti Kabuddhan kan jangkep sampurna.

Pethikan ing ndhuwur adhedhasar Seratan Raja Naga kang aran Samudera. Ana pethikan liyane saka Chandrakirti kang ana ing





Madhyamakavatara kang ngringkes wigatine puja lan puji Buddha tumrap sila kang ana ing Dasabhumika-sutra (sutra bab Sepuluh Urut-urutan). Iku padha karo prekara kang arep diaturake ing Sutra Raja Naga kang nuduhake wigatine nggladhi sila ing sabeh urutan panggayuhan kang arep digayuh.

“Kanggo jalma-jalma lumrah, dheweke kang lair saka dhawuh-dhawuhe Buddha, kang sipat dhasare minangka kawicaksananing dhiri, utawa putra-putrining Sang Paneluk,

Ora ana sumber-sumbering kabecikan kang mesthi utawa uga apa bae nduweni aji kang luhur, kejaba nggladi sila” [Lamrim Chenmo, kaca 268]

Ing baris “ora ana sumber-sumber kabecikan sing mesthi utawa uga nduweni aji sing luhur kejaba nggladhi sila” aja dimengerteni kanthi harafiah, kanthi panemu dene nggladhi sila iku saiji-sijining sumber. Nanging, aneng kene jarwane nggladhi sila iku sumbering oyot, amerga sing wigati banget, utawa sumber utama kanggo nggayuh asil kasebut.

Sabanjure, kita bakal ngrungokake wedaran bab mbatinake wena-wernaning karma kanthi kapisah, sing kabagi menyang telung bageyan:

- 1) Mbatinake karma ireng lan asil-asile
- 2) Mbatinake karma putih lan asil-asile
- 3) Wedaran karma sing ampuh banget kanthi ringkes

Prekara kaping pisan, mbatinake karma ireng lan asil-asile, kabagi menyang telung bageyan:



- 1) Dalan-dalaning karma sing sejatine
- 2) Bedane ing babagan abote
- 3) Wedaran bab asil-asil

Wedaran bab dalan karma ireng kayadene mateni, nyolong lan sakpiturute, iku wedaran sing wigati banget. Ajaran iki dudu mung jero banget ing Buddhisme, nanging ing sakwernane agama-agama gedhe ing ndunya iki uga mulangake tata-kramane tumindak kaya mangkene. Ing Kristen kita wus weruh bab anane urutan bab tata-krama senajan mesthi bae ora padha plek lan uga katrangan lan wedarane ora patiya rinci.

Saka sakabehing dalan karma ireng bisa disinaoni saka prekara:

- Dhasar
- Panemu sing ndhasari tumindak
- Tumindak iku dhewe
- Parampungan

### **Katrangan kaping pisan bab. Rajapati**

Dhasare yaiku jalma urip. Dudu sembarang jalma urip, nanging jalma urip ing sak njabane awake dhewe. Tumindak mateni awake dhewe ora klebu dalaning karma ireng bab mateni sing jangkep. Dadine, apa kang nentokake dalan karma sing jangkep? Wiwitane, dhasare yaiku jalma urip kejaba awake dhewe. Je Rinpoche njlentrehake dene ing prekara mateni awake dhewe sing ditindakake ora nduweni parampungan. Katrangan iku ana ing Yoga-caryabhumi anggitané Arya Asanga. Ing seratan iku, sang panganggit



nambahake dene dhasare karma mateni sing jangkep kudu tumrap jalma urip kejaba awake dhewe. Dadine, ing prekara mateni awake dhewe dalam karmane ora jangkep amerga ora ana parampongane.

Sabanjure, panemu kang ndhasari tumindak kudu arupa niat utawa kekarepan kanggo mateni. Dalam karma matenine jangkep menawa jalma sing dipateni bener-bener mati sadurunge sing mateni. Ing prekara sing mateni lan sing dipateni nalika wektune bebarengan, utawa sing mateni luwih dhisik mati ketimbang sing dipateni, dadine dalam karmane ora jangkep. Dalam karma mateni sing jangkep klebu tumindak kang ndhasari, yaiku panemu sadurunge tumindak, banjur tumindak iku dhewe.

Dalam karma ireng bab mateni sing jangkep kudu ngandhut patang prekara kanthi jangkep. Menawa ana salah siji prekara ora jangkep utawa ora ana, iku dudu dalam karma ireng bab mateni, nanging minangka karma ala bab mateni. Ing babagan paten-patenan sing ditindakake amerga paripaksa utawa ana ing kahanan ora ana pilihan liyane maneh. Kayadene omah sing diserang dening hama kaya kecoak utawa rayap sing meksa sing duwe omah mbrasta hama kasebut, sing yen ora ditindakake bakal nggawa bencana lan bebayaning sing duwe omah utawa bisa ngrusak omah. Tumindak mateni kang ditindakake ing prekara iku minangka mateni sing ditindakake amerga paripeksa. Sing duwe omah jane ora karep mateni nanging dheweke kepeksa nindakake. Ing prekara iki, dalam karmaning ora jangkep amerga ora ana niat utawa kekarepan bener-bener mateni.



Panemu kang ndhasari tumindak mateni klebu mangerteni lan klesha. Kita kudu mangerteni kanthi bener marang bakale sing dipateni supaya dalan karmane jangkep. Menawa kita duwe niat utawa kekerepan mateni kucing putih tartamtu, nanging salah tujuwane menyang kucing liyane, banjur senajan ana tumindak mateni nanging dalan karmane ora jangkep. Ing kene, mangerteni iku nduweni maksud marang “panemu” (jarwa sing digunakake ing seratan Lamrim Chenmo).

Menawa niat mateni dikarepake marang jalma tartamtu, banjur tumindak matenine kudu dikarepake marang jalma tartamtu kasebut. Seje prekarane menawa niat matenine dikarepake marang sakabehing jalma kang ditemoni. Padha karo prekara nyolong. Menawa ana wong nduweni niat nyolong barang sing wernane biru nanging salah anggone njupuk barang sing wernane abang, artine ana klerune mengerteni, dadine dalan karmane ora jangkep.

Dhasar kekerepan tumindak iku niat kanggo mateni. Klesha kang melu-melu bisa dadi salah sijining saka telung racuning batin : rasa nduweni, amarah utawa kamurkan, lan cubluking batin. Ana prekara paten-patenan sing mung nglibatake sak klesha bae, liyane loro, nanging ana uga kang nglibatake sakabehing telung klesha. Contone paten-patenan sing didhasari dening klesha rasa nduweni yaiku mateni kewan kanggo dijupuk kulite, wulune utawa daginge. Mateni kanthi dhasar kamurkan utawa amarah iku prekara sing gampang banget dimangerteni. Mateni sng didhasari cubluking batin kedaden nalika wong iku percaya dene tumindak mateni iku minangka nggladhi spiritual tartamtu. Contone ana wong kang



—❦— WEDARAN II —❦—

mateni macan kanthi kapitayan dene dheweke bakal nggayuh utawa nduweni kekuwatan. Iku minangka contone tumindak mateni sing didhasari dening klesha cublukung batin, nanging sejatine cublukung batin iku sentyasa ndhasari sakabehing tumindak rajapati.

Tumindak mateni iku dhewe saka sing mateni daln tumindak mateni. Kanggo sing mateni, bisa ditindakake srana tangane dhewe utawa nyilih tangane liyan. Ing prekara paprangan, nalika pandhegane prajurit menahi prentah mateni marang prajurite — kanthi cathetan dene pandhega prajurit iku nindakake jebibahan kanthi sukalila, lan pancen saperangane para pandhega utawa para senopati milih nglakoni utawa nindakake pakaryan kasebut — banjur para pandhega iku bakal nglumpukake karma mateni sing padha karo cacah sing dipateni kanthi dhasar prentah kang wus diwenehake.

Paribasane ana wong kang paripeksa mangkat budhal menyang palagan lan dheweke nindakake kanthi aboting ati, nalika wusanane dheweke mateni nanging ditindakake kanthi dhasar kanggo mbela dhiri utawa uga ngedohi utawa ngupaya supaya ora akeh sing mati, wong iku ora nglumpukake dalan karma kang jangkep. Magepokan karo tumindak mateni, bisa ditindakake karo sanjata, racun, guna-guna, ilmu ireng, lan cara-cara liyane sing bisa nyilakani utawa ngilangake nyawane liyan.

Parampungan kedadèn nalika sing dipateni mati, senajan durung tamtu saknalika mati. Contone sing arep dipateni tatu kena sunduk gaman sing durung tamtu dheweke mati. Sing mesthi sing arep dipateni kudu mati dhisik sadurunge sing mateni supaya dalan



karmane dadi jangkep. Menawa sing mateni mati ndhisiki, dalam karmane ora jangkep.

Vasubandhu ing Abhidharma-kosa matur:

“Yen sing mateni mati sadurunge utawa mati bareng karo sing dipateni nalika paten-patenan, ora ana tumindak ala (sing jangkep) amerga sing mateni wus njupuk raga urip seje ing panguripan liyane”.

Mulane, tumindak rajapati lan nganti matine sing dipateni kudu kedaden ing sak mangsa panguripan supaya bisa mlebu ing babagan dalam karma mateni sing jangkep. Menawa sing mateni mati dhisik, ya mesthi karma ana karma mateni, nanging dalam karmane ora jangkep. Dadine, menawa kabeh prekara kaleksanan iku minangka dalam karma mateni bisa disebut jangkep.

Kena apa kita kok ngrembug babagan iki kanthi jangkep lan rinci? Kena apa kok kita kudu mangerteni kapan dalam karma iku bisa disebut jangkep lan ora jangkep? Amerga yen nganti kita nindakake karma ala, kita bisa mastekake supaya dalam karmane ora jangkep. Dalam karma sing ora jangkep mesthi bae ngandhut asil utawa sebab sing luwih entheng.

## **Katrangan nomer 2. Nyolong**

Dhasar tumrap tumindak nyolong yaiku apa bae sing dadi hak milik utawa duweke liyan, apa iku omah, barang-barang utawa apa bae duweke wong liya. Panemu kang ndhasari tumindak klebu mangerteni kanthi pas marang barang sing arep dicolong. Kleshane padha, yaiku salah sijine saka telung racuning batin. Tumindake yaiku



njupuk barang duweke liyan. Dhasar kanggo sing nindakake utawa sing nyolong uga padha, yaiku tumindak nyolong bisa ditindakake dhewe utawa ngongkon wong liya nyolong.

Niyate yaiku njupuk apa bae sing ora diwenehake. Tumindak iku bisa ditindakake kanthi nyilih, nindakake kanthi alus utawa kanthi roda peksa. Bisa uga tumindak nyolong iku ditindakake kanthi cara nggorohi, contone nyilih duit tapa ana niat mbalekake utawa nyilih barang kanthi tujuwan dipek utawa diduweni kanggo awake dhewe. Ing kene, ora ana pengaruhe menawa ana wong nyolong kanggo awake dhewe utawa uga kanggo wong liya. Senajan wong iku nyolong kanggo wong liya, sing jenenge nyolong ya tetep uga disebut nyolong. Parampungan kanggo dalam karma nyolong sing jangkep kedadèn nalika tuwuh pikiran “Saiki barang iki wis dadi duwekku”. Maksudé, kita njupuk utawa mindhah kaduweyan tumrap barang.

Sakwise njupuk barang lan tuwuh panemu “Saiki barang iki wis dadi duwekke”. Mesthi beda karo wong sing njupuk barang nanging ora nduweni panemu utawa pikiran dene barang iku wis dadi duwekke. Ing prekara kaloro iku, dalam karmane durung jangkep.

### **Katrangan nomer 3. Tumindak saresmi sing kleru**

Ana patang dhasar kanggo tumindak saresmi akng ora bener:

- marang sapa bae sing panjenengan ora entuk saresmi,
- perangané awak sing ora pantes
- panggonan sing ora pantes
- wektu sing ora pantes.



Wong sing marang dheweke panjenengan ora entuk saresmi ing prekara priya yaiku wanita sing ora pantes kanggo dijak saresmi, kabeh priya lan para kasim. Kejaba iku, sarate wong sing ora entuk dijak saresmi yaiku bojone wong liya, wanita sing wis ngeculake kadunyan, wanita sing durung dadi bojone lan isih ana ing saidenging kulawarga kayata bapak, sing isih dijampangi utawa diemong dening bapa maratuwa utawa ibu maratuwane, sing dijampangi dening panjampag, utawa sing — menawa ora klebu iku kabeh — ya njampangi awake dhewe. Klebu uga sapa bae sing ana ing paukuman. Katrangan iki diwenehake saka panemune priya. Priya ora entuk saresmi karo padha priyane, uga klebu karo wake dhewe uga karo wong liyane.

Magepokan karo bageyane badan sing ora pantes, dhasare yaiku menawa disawang saka pihake priya, banjur iki maksude bageyan-bageyaning badan kejaba perangan jinise wanita. Sabanjure, panggonan kang ora pantes yaiku pangonan-panggonan sing cedhak karo para guru, contone panggonan kang ana stupane, panggonan sing akeh wonge, lan panggonan-panggonan sing ora rata utawa atos sing mbebayani kanggone wong sing nembe panjenengan jak saresmi.

Mangsa sing ora pantes yaiku nalika si wanita lagi menstruasi, nalika si wanita ana ing kahanan pungkasan ngandhut jabang bayi utawa meteng tuwa. Nalika isih nusoni, nalika isih njaga sumpah sedina, lan uga nalika si wanita isih nandhang lara sing nyebabake saresmi dadi ora pantes. Saesmi uga ora pantes menawa ditindakake kanthi ora lumrah utaw kakehan. Cacahe sing kakean yaiku luwih saka ping lima sewengi. Wewaler kang magepokan bab





bageyaning badan, panggonan, lan wektu sing ora pantes ing tumindak saresmi sing kleru uga kanggo wong sing urip bebrayan utawa bebojoan.

Saka katelu prekara tumindak — panemu, kekarepan, lan klesha — panemu dijlentrehake ing Viniscaya-samgrahani, lan ing kitab-kitab bab disiplin utawa tata cara. Viniscaya-samgrahani ngendika dene “panemu iki minangka iku” kudu pas lan titis. Nanging, Buddha ngendika ing kitab-kitab bab disiplin utawa tata cara dene ing prekara nglanggar oyot tumrapping sila pertapa, padha bae panemune kleru utawa uga titis.

Abhidhama-kosa-bhasya ngendika dene menawa ana wong nyedhaki bojone liyan kanthi panemu minangka dheweke iku bojone dhewe, kahanan iku ora klebu dalan pakarti utawa tumindak ora becik sing sejati. Arya Vasubandhu medarake rong cara sing magepokan karo prekara sing kedaden kanthi panemu dene bojone liyan iku minangka bojone pihak katelu — siji cara nyebutake dene prekara kasebut dadi dhasar dalan pakarti ora becik lan cara liyane maneh nyebutake dudu dalan pakarti ora becik.

Klesha-ne yaiku salah sijining saka katelu racuing batin. Kekarepane yaiku nepsu kekarepan kanggo nindakake saresmi. Tumindake yaiku nindakake dhewe utawa nggawe wong liya nindakake saresmi sing kleru. Parampungan tumindak saresmi sing kleru yaiku yen ana rong jinis, nanging kudu ada rasa sing nyenengake kang dirasakake.

Sumber utama katrangan iki asale saka wedaran Je Rinpoche sing didhasari saka seratan Viniscaya-samgrahani (I: Compendium of



Determination) anggitané Asvaghosa lan Asanga kang dijlentrehake kanthi rinci banget ig seratan kasebut. Aku nyaranake panjenengan kabeh supaya nyinaoni seratan iku kanthi tenanan.

Ana bedane sig cetha banget antarane saresmi lan pakarti saresmi sing salah. Ing silaning pertapan, saresmi iku minangka kekliruwan kang banget klerune. Mesthi bae iku kanggo sapa bae kang urip mertapa. Ing silaning pertapan, ora kabeh tumindak saresmi bisa ngasilake pelanggaran. Ya mung ana siji pakarti utawa tumindak kang nyebabake wurunge sila iku.

Seratan Buddhis njlentrehake katrangan sing rinci banget. Menawa durung bisa mandheg nglakoni utawa nindakake dalam karma ireng kanthi sakabehe, panjenengan bisa nggunakake utawa nganggo panemu sing wis disinaoni kanggo nyilikake asil utawa akibat ala sing wis ditindakake. Ngonono iku wedaran ringkes kanggo telung dalam karma ireng badan jasad.

Sabanjure, kanggo dalam karma ireng bab omongan utawa wicaran, ana papat, yaiku goroh, omongan kang mecah-belah, omongan sing kasar lan omongan sing ora migunani.

#### **Katrangan nomer 4. Ngapusi**

Dhasar kanggo tumindak ngapusi ada wolu, yaiku apa bae sing disawang, dirungakake, dibedakake, lan ditampa, uga kosak baline [sing ora disawang, lan sakpiturute]. Dadi, ngapusi iku nalika wong ora nyawang apa bae nanging ngomong menawa dheweke nyawang. Utawa, dheweke nyawang nanging ora ngaku yen dheweke nyawang. Kejaba apa bae sing disawang utawa sing dirungikake,



—❦❦— WEDARAN II —❦❦—

uga klebu apa bae sing ditampa dening indra pengambon, indra pangrasa, lan indra pandemokan, sarta indra batin utawa pikiran. Apa bae sing kita weruhi lumantar panca indra lan batin nanging banjur ora diakoni lan ngomong apa bae sing minangka kosok baline iki klebu ing tumindak ngapusi.

Dalan karma goroh diwiwiti kanthi dimangerteni. Mangerteni apa bae sing wis diweruhi nanging banjur diowahi manyang apa bae sing ora cocok karo apa kang wis diweruhi. Tuladhane, kita nyawang apa bae banjur apa sing disawang iku diowahi dadi apa bae sing ora disawang utawa diowahi dadi apa bae kang beda, karo apa sing sejatine kita sawang. Klesha sing melu-melu yaiku salah sijining saka katelu racuning batin. Kekarepane yaiku nduweni niat kanggo ngowahi apa bae kang wus ditampa lumantaran pangerten. Tumindakane dhewe bisa lantaran omongan utawa dudu omongan. Werna-wernaning rembugan tanpa omongan klebu uga obah utawa tandhaning tangan, tumindake badan jasad, basane badan jasad, lan sakpiturute.

Tujuwan tumindak goroh bisa kanggo awake dhewe uga kanggo wong liya. Senajan nduweni tujuwan kanggo wong liya, tumindak goroh iku tetp bae minangka tumindak karma ireng. Dalan karma ireng goroh dadi jangkep nalika wong liya mangerteni apa kang diomongake. Menawa panjenengan ngomong omongan goroh nanging ora ana wong liya sing ngrungokake utawa ora ana wong sing mangerteni, dalan karma ireng iku ora jangkep dan apa bae kang ditindakake iku klebu omongan sing ora ana gunane utawa omong kosong.



Ora ana bedane panjenengan ngomong goroh utawa ngongkon wong liya goroh, loro-lorone padha uga klebu dalam karma goroh sing jangkep. Sepisan maneh, nalika ana wong sing goroh durung tamtu dalam karma ireng gorohhe jangkep, aja lali dene dalam karma ireng jangkep yen niyate iku salah sawijine saka telu racuning batin. Menawa ora ana klesha sing melu, senajan dheweke goroh nanging dalam karma ireng ora jangkep.

### **Katrangan nomer 5. Omongan sing adu-adu**

Tujuwane omongan sing adu-adu iku bisa kanggo sapa bae, kanggo kanca raket utawa uga kanggo kanca sing ora disenengi utawa disengiti. Mangerteni lan klesha-ne padha bae karo goroh. Kekarepane yaiku niat kanggo misahake wong loro sing padha sengit utawa ngupaya supaya aja nganti wong liya iku tansah ora akur utawa padha sengite. Omongan sing mecah belah iku kedaden senajan omongane iku bener utawa ora, diomongake kanthi kasar utawa kanthi alus lan nyenengake. Omongan sing mecah belah kedaden ora preduli iku ditujukake kanggo wigatine awake dhewe utawa kanggo wigatine wong liya. Dalam karmane jangkep nalika salah siji pihak saka rong pihak sing arep dipisahake mangerteni apa kang panjenengan omongake. Menawa ora ngerti maksude, iku ora klebu omongan sing mecah belah, nanging klebu omongan sing ora ana gunane utawa ora migunani.

Sumbere katrangan dene wong liya kudu mangerteni omongan sing diomongake supaya dadi dalam karma sing jangkep yaiku Viniscaya-samgrahani anggitane Arya Asanga sing muni:



“Parampungan dalam tumindak iki yaiku nalika sapa bae sing bakal dipisahake mangerteni omongan sing mecah belah kang diomongake”.

[Wedaran Agung Urut-Urutaning Dalan Tumuju Kawicaksanan, Cap-Capan kaping Sepisan, Penerbit Kadam Choeling, Kaca. 276]

### **Katrangan nomer 6. Omongan kasar**

Dhasar kanggo omongan kasar yaiku jalma urip sing bisa ndadekake utawa nuwuhake sipat musuhan marang panjenengan. Mangerteni dan klesha-ne sing nyengkuyung padha karo dalam karma ireng sadurunge. Kekarepane yaiku niat ngomong kanthi cara kang kasar.

Tumindakane dhewe yaiku ngomongake apa bae sing ora nyenengake, mbuh iku bener apa salah, babagan kekurangan utawa alaning silsilah kulawarga, badan jasad, sila, utawa tumindake pawongan. Tumindake jangkep menawa wong kasebut mangerteni apa kang diomongake.

Tujuwan utama anggen kita nyinaoni kabeh iki kanthi jangkep yaiku supaya kita bisa ngedohi dalam karma ireng sing jangkep. Tuladhane ing prekara iki kita ngupaya supaya ngedohi dalam karma ireng tumindak omongan kasar sing jangkep.

### **Katrangan nomer 7. Omongan sing ora migunani utawa ora ana gunane**

Dalam karma ireng bab omongan sing ora migunani uga klebu dhasar. Panemu kang ndhasari tumindak, tumindak iku dhewe, lan parampungane. Dhasare omongan sing ora migunani iku ya



omongan bab prekara kang ora migunani. Panemu sing ndhasari tumindak iki klebu mangerteni, mangerteni iku ukara-ukara sing ora ana gunane kang arep diomongake. Supaya dalan karma omongan sing ora migunani dadi jangkep, wong liya ora perlu ngrungokake omongan sing ora mingunani kasebut. Dadi, wong liya ora perlu nganti ngrungokake supaya ndadekake omongan iku klebu omongan sing ora migunani.

Klesha sing melu ing kene yaiku salah sawijining katelu racuning batin. Kekarepane yaiku niat kanggo ngomongake omongan sing ora ana gunane. Tumindakane yaiku ngomongake ukara-ukara sing ora migunani. Parampungan kedadèn menawa omongan sing ora ana gunane iku wis rampung diomongake.

Ing Anggitan Agung Urut-Urutan Dalan Tumuju Kawicaksanaan ana pitung dhasar kanggo omongan sing ora migunani kang diwedharake kanthi rinci. Panjenengan kabeh bisa ndhasarake menyang sesulihan Lamrim Chenmo gegayutan karo pitung dhasar omongan sing ora migunani iki.

Pungkasane, kita wis ngrampungake wedaran ringkes kanggo patang dalan karma ireng sing ana gegayutane marang omongan. Saiki, kita bakal midangetake wedaran ringkes bab telung dalan karma ireng batin.

## **Katrangan nomer 8. Kesrakahan**

Dhasar kanggo kesrakahan yaiku dunya brana utawa barang duweke wong liya. Mangertenine yaiku nyawang dhasaring kesrakahan kasebut apa anane, tuladhane meruhi barang sing dadi duweke wong liya. Klesha sing melu yaiku salah sijining saka telung warna racuning batin.



Kekarepane yaiku niat kanggo ndadekake dunya brana utawa barange wong liya dadi barange dhewe. Tumindake yaiku ngupaya kanggo mujudake niat kasebut, kanthi pikiran kepriye carane nduweni barang sing diincer. Paramprungane yaiku pikiran utawa panemu, “Muga-muga barang iku dadi duwekku.” Utawa “Mendah barang iku dadi duwekku”. Nanging, panemu utawa pikiran bae durung cukup kanggo ndadekake minangka dalam karma kesrakahan sing jangkep.

Niyat kanggo nduweni barang utawa apa bae sing diduweni liyan durung tamtu minangka dalam karma kesrakahan sing jangkep. Tuladhane yen kita lunga menyang pasar lan nyawang akeh barang neng kana, kayata panganan, sandhangan, permen lan sakpiturute sing nggugah rasa kepinginan. Apa kepinginan kanggo nduweni barang-barang kasebut wis klebu dalam karma sing jangkep? Wangsulane ya ora.

Supaya dalam karma kesrakahan dadi jangkep, ana limang sarat sing kudu diduweni, yaiku:

1. nduweni batin sing banget anggone dheweke ngrasa duwe barange dhewe;
2. nduweni batin sing tansah nduweni kepinginan kanggo nglumpukake dunya brana;
3. nduweni batinsing ngarepake amerga dupi mangerteni utawa meruhi barange liyan iku apik lan sakpiturute;
4. nduweni batin sing iri, sing mikir dene apa bae sing diduweni liyan uga kudu diduweni utawa dadi duweke dhewe;



5. nduweni batin sing sakabehe wis ditelukake amerga dijampangi dening kesrakahan, amerga tumindak sing ora duwe wirang lan sipat sing lali marang niat kanggo mardhika utawa bebas saka kesalahan-kesalahan sing diasilake amerga kesrakahan.

Katrangan kanggo prekara sing wiwitan, yaiku nduweni batin sing banget anggone ngrasa nduweni dunya branane dhewe supaya dalam karma jangkep bisa nduweni maksud dene senajan contone wong sing duwe dunya brana akeh nanging menawa dheweke ora nduweni rasa duwe sing banget banjur prekara sing wiwitan iku ora jangkep utawa ora bisa kaleksanan.

Prekara sing kaping pindho yaiku nduweni batin sing banget ngrasa duwene marang kepinginan kanggu nglumpukake dunya brana. Iku minangka kahanan batin sing sentyasa ngarepake luwih lan luwih. Kahanan batin kang mangkono iku minangka bentuke rasa nduweni banget. Prekara sing kaping telu yaiku kahanan batin sing ngarepake apa bae, sing tuwuh nalika nyawang barang wong liya lan nduweni panemu piye rasane yen duwe barang kasebut.

Prekara kaping papat yaiku bating sing iri, sing nduweni niat ndadekake barange liyan dadibarange dhewe. Sing kaping lima yaiku batin sing sak jangkepe dijampangi dening kesrakahan lan ora rumangsa isin utawa wirang babar blas sarta ora mangerteni apa asile kesrakahan kasebut sarta ora ana niat kanggo ngedohine. Je Rinpoche ngendika kanthi cetha, “Lamun salah sawijining saka kalima batin kasebut ora tuwuh, kesrakahan sing sejati ora bakal kedaden”.





Gegayutan karo sipating tumindak sing ngandhut kesrakahan nanging dudu utawa ora klebu pelanggaran sing sejati, iku klebu kesrakahan nelika wong nuwuhake kepinginan-kepinginan kaya mangkene:

1. Nduweni pikiran. “Wah, mesthi krasa penak yen sing duwe omah iki dadi babuku lan apa bae bisa nindakake kepinginanku”.
2. Uga nduweni pikiran magepokan karo bojo lan anak-anake lan sakpiturute uga klebu dunya branane kayadene panganan lan sakpiturute;
3. Nduweni pikiran, “ Wah, mesthi penake yen wong liya meruhi aku minangka wong sing nduweni sipat-sipat becik kayadene ora nduwani napsu kepinginan, nengsemake, kuwat batine, kaya wong pinter lan sumeleh”.
4. Nduweni pikiran, “Mesthi penake yen para ratu lan mentri-mentrine lan papat-papating sing melu Buddha ngormati aku lan menawa aku bisa nduweni kekerepan kaya panganan lan sandhangan”.
5. Ngembangake napsu kepinginan karo nduweni pikiran, “Wah, muga-muga mbesuk aku kalairake maneh minangka dewa lan nduweni limang pekara objek indriyane para dewa lan muga-muga aku kalairake maneh saka dunya-dunya sing ala lan Wisnu, minangka dewa ing Swarga Ngendhalekake Wujuding Jalma Liya [swarga sing luhur saka kanem urutaning swarga ing kamaloka]”;
6. Ngembangake kepinginan nduweni dunya branae wong



tuwa, anak-anak, para babu lan sakpiturute, utawa uga barang-barange kanca-kanca penggladhi batin.

Saka katrangan ing dhuwur cetha dene menawa kita nduweni kepinginan supaya wong liya nduweni panemu becik marang kira, banjur kita kudu ngati-ati supaya kepinginan iku aja nganti dadi bentuking kesrakahan. Menawa kita batin kanthi bener-bener, kita kudu ngati-ati kanthi tumindak lan sipat kita amerga kabeh iku gumantung ing niat lan kecarepan kita.

Menawa kita nduweni kepinginan supaya wong liya nduweni panemu lan pikiran ing becik marang dhiri kita mung supaya ora ngganggu utawa ndadekake liyan kaget, iku dudu niat sing mikirake awake dhewe. Yen kita nduweni kepinginan supaya wong liya nduweni panemu lan pikiran sing becik marang kita mung krana kawigatene dhiri kita pribadi, iku durung klebu ing kesrakahan nanging wis banget cedhake.

Salah sawijining prekara saka wolung anging kadunyan yaiku rasa nduweni marang babagan-babagan sing ana gegayutane karo urip iki. Dadi, amerga rasa nduweni iku kita nuwuhake panemu utawa pikiran magepokan karo apa bae lan barang-barang sing ana ing urip iki. Menawa kosok baline, kita nganggo sandhangan apik kanthi tujuwan ora nyinggung rasa lan pangrasaning liyan saengga ndadekake wong liya kaget, iku banjur ora dari prekara kang wigati menawa kita pancen ngupaya naggo sandhangan sing becik utawa apik. Nanging yen kita nganggo sandhangan apik mung krana pengin rumangsa apik, becik, ayu lan bagus kita wis nuwuhake kesrakahan ing wujud kepinginan supaya wong liya nduweni



panemu lan pikiran apik marang dhiri kita.

Ing nindakake urip iki, mesthi bae bakal becik menawa kita nindakake kanthi sabeik-becike. Nanging, sing dimaksud karo nindakake urip becik iku klebu uga nyiapake urip kanggo urip sabanjure. Prekara iki bener anane menawa disawang saka panemu uriping jalma umume utawa urip kaya padhatane, uga bener anane menawa disawang saka panemune dharma.

Kanggo nindakake urip kanthi becik, kita kudu mangerteni apa bae sing kleru lan apa abe sing bener. Mulane wigati banget kanggo nyinaoni babagan sing kita sinaoni dina iki. Kita ngaso dhisik dina iki. Ing wedaran sabanjure kita bakal nerusake pasinaonan kanthi wedaran niat ala, panemu sing kleru dan babagan-babagan liyane. Kita uga bakal njupuk wektu kanggo semedi.

\* \* \* \* \*



*KCI / Vivi Siskayanti*



## ~\*~WEDARAN III~\*~

(15:30 – 18:00 WIB, 23 Februari 2013)

**L**uwih becik kita miwiti wedaran dina iki kanthi mbatin kahanan kita saiki. Saiki kita nduweni kahanan sing becik, mardhika saka rubeda lan sambikala njaba utawa njero. Kita mardhika saka karubedan sing bisa ngakibatake kita ora bisa mikir kanthi wening. Kosok baline, ing kahanan iki, kita nduweni sakabehing kahanan sing becik.

Amerga kita wis nduweni kahanan sing becik lan nguntungake, banjur kita kudu kanthi tenanan mikirake urip kita iki, dudu mung ing urip iki, nanging ya klebu urip sabanjure. Kanthi ukara liyane, kita kudu nindakake prekara-prekara utawa cara-cara kanggo nggayuh kabagian sing bakal ndadekake kita begja lan santosa saka mangsa sadurunge menyang mangsa-mangsa sabanjure.

Kaya sing wis dak wedarake sadurunge, kahanan becik lan nguntungake sing dirasakake saiki iku asile karma becik sing ditindakake sadurunge. Kita kabeh wis ngripta karma panguncal sing nguncalake kita marang urip minangka manungsa kaya saiki. Kejaba karma panguncal, kita uga nduweni karma-karma panjengkep sing mastekake kahanan urip manungsa iki nduweni



sipat apik lan ala.

Karma-karma panjangkep sing kita ripta bisa maneka warna. Senajan kita wis ngripta karma panguncal kanthi becik, ora tansah ndadekake kita iki sentyasa ngrasakake asile karma becik. Iku amerga ing urip iki sentyasa ana urutan munggah mudhun sarta suka lan duka sing ginta ganti.

Balik maneh, kita kabeh wis ngripta karma panguncal sing bisa ndadekake kita lair ing alam manungsa. Kita uga bisa ngripta akeh karma-karma panjangkep sing becik sing bisa dibuktekake saka kahanan-kaanan becik sing kita rasakake ing urip iki. Mesthi bae kita ora sentyasa ngrasakake kahanan becik. Ana wayahe kita dadi lara, krasa ora begja, tuwuh reribeding pikiran lan ati, ana prekara-prekara ing urip iki sing ora kita karepake lan sakpiturute, sing minangka asile karma panjengkep sing ala sadurunge.

Karma panjangkep sing ala bakal nuwuhake maneka warnaning panandhang. Kita bakal nemahi maneka warnaning karubedan. Ing babagan ndadhepi prekara, kira kudu nuwuhake cara mikir sing bener. Kita kudu ngrantasi lan ngelongi prekara-prekara kasebut. Kita uga kudu ngowahi prekara menyang kahanan sing migunani tumraping kita. Kanthi ukara sejene, kita kudu bisa nggunakake prekara kanthi bener lan pener dadi prekara sing migunani tumrap kita.

Kabeh iku gumantung ing kabisan kita kanggo mbatin kanthi bener. Kita kudu bisa mikirake prekara sing sidhepi ing panemu lan pikiran sing pas. Gumantung ing kabisan kita kanggo ngrantasi



—❖— WEDARAN III —❖—

prekara saengga prekara kasebut ora patiya ngasilake prekara sing ala kanggo kita, utawa prekara kasebut bisa dirantasi nganti ora ana tilase. Kita kudu bisa nyawang prekara dudu minangka karubedan lan alangan, nanging malah minangka peluang sing bakal menehi kagunan.

Saka prekara iku, kita kudu mikirake panguripan sabanjure lan nindakake persiapan-persiapan. Nyiapake panguripan sabanjure iku gumantung ing carane kita mikir lan nduweni panemu lan tumindak. Persiapan panguripan sabanjure iku kudu ditindakake, saka panemu kebatinan ya uga saka kadunyan. Apa bae sing kita pikirake bisa kegayuh utawa uga apa bae sing kita rasakake ing urip iki gumantung ing cara pikir sing kita duweni. Pengaruhe bisa ora nganti 100%, nanging bisa nganti 90%.

Menawa kita mutusake kanggo nindakake jejibahan, pakaryan utawa apa bae sing bakal kita tindakake, luwih becik kita wis njupuk wektu kanggo mikirake pakaryan iku sabecik-becike. Mesthi bae kita ora bakal ngerti asil saka apa kang ditindakake, yen untung, apa bae bisa lumaku kanthi gangsar. Yean ora untung, apa bae sing kita tindakake bakal ora lumaku gangsar lan akeh reribede.

Menawa kita wis mikirake tanthi tenanan lan banjur mutusake kanggo nindakake, nanging kanthi cathetan kita wis njupuk wektu kanggo mbatin dan nyawang prekara kasebut. Kita wis takon mrana mrene. Kita wis nglumpukake katrangan-katrangan sing dibutuhake sakabehing bab ing prekara kasebut. Banjur kita bener-bener mikir bageyan endi sing bisa keleksanan lan migunani kanthi becik lan endi bageyan sing bakal ora lumaku becik. Menawa saka asile mbatin



iku kita bisa nganti ing panemu dene luwih akeh prekara-prekara sing bisa lumaku becik lan banjur njupuk utawa mutusake kanggo bener-bener nindakake, banjur peluwang kasile bakal gedhe banget.

Wigati banget kanggone kita supaya mbatin dan mutusake kanthi becik ing saben urutaning panguripan sing bakal kita tindakake iki. Ngupayaa kanggo mbatin lan mikirake apa bae sak akeh-akehe. Mesthi bae iki dudu prekara sing gampang ditindakake dhewe. Kanggo mbatin dan mutusake kanthi bener, kita bisa sinau saka wong liya sing wis nate nindakake prekara iku. Sapa bae sing wis ngliwati urutan kebatinan lan mangerteni lan wis nemahi asil sing becik, yaiku sing wis nggayuh wujuding Kabuddhan utawa minangka Boddhisattva. Mulane, jalma-jalma luhur iku bisa menahi wewaler-wewaler sing becik banget sing bisa kita tindakake. Wewaler-wewaler iku klebu apa sing kudu ditindakake lan apa sing kudu didohi. Menawa kita nindakake wewaler-wewaler sing bisa dicagerake iki, kita bakal bisa nggayuh apa bae kang kita karepake, kayadene sing wis digayuh dening jalma-jalma luhur kasebut.

Ringkese, apa sing dibabarake dening Sang Buddha iku apa sing kudu ditindakake lan apa sing kudune didohi ing pangajab ngedohi panandhang lan bisa nggayuh kabagjan. Wewaler-wewaler Sang Buddha sing dikanggokake jalma-jalma biyasa kaya kita kabeh iki wis ana ing ajaran sing disebut Urut-urutaning Dalan Tumuju Kawicaksanan utawa Lamrim. Ora prekara apa wong iku klebu buddhis apa ora, nduweni kapitayan marang ajaran Buddha utawa ora, sapa bae bisa nggayuh kagunan saka wewaler-wewalering Sang Buddha sing wis diwedarake ing





wedaran iki.

Iku sebabe aku ana ing kene kanggo mbabarake ajaran Lamrim iki lan panjenengan kabeh teka ing kene kanggo ngrungokake wedaran. Sing kapisan, wigati banget kanggo nuwuhake kekarepan sing becik. Kanggo sing buddhia, kekarepan sing utama yaiku ngelingi maneh kebecikane wujud panguripan sing wis kegayuh iki lan panjenengan nduweni niat kanggo nggunakake kesempatan iki kanthi sabecik-becike.

Panjenengan nduweni niat kanggo nggunakake kamulyaning lair minangka manungsa dudu krana mung kanggo dhiri pribadi, nanging kanggo kabeh jalma urip sing ing dhasare ora gelem nandhang lan mung krana pengen begja lan santosa. Panjenengan mangerteni dene menawa panjenengan tansah ana ing kahanan kang kewates kaya mangkene iki ora ana prekara sing bakal panjenengan tindakake lan siji-sijine cara yaiku dadi Buddha. Panjenengan nduweni kekarepan kanggu nggayuh Kabuddhan kanggo begjaning kabeh jalma. Kanggo tujuwan kaya mangkene iki, panjenengan saiki ana ing kene kanggo ngrungokake, mbatin lan nyemedeni ajaraning Buddha.

Kanggo sing dudu buddhis utawa sing ora nduweni kapitayan tartamu apa bae. Panjenengan tetep bisa nuwuhake kekarepan kanthi mangerteni kahanan becik sing wis panjenengan gayuh ing urip iki. Kanthi kahanan becik iki panjenengan bisa nindakake prekara apa bae kanggo mbiyantu wong liya, dudu mung manungsa utawa kewan bae, nanging jalma urip apa bae sing duwe



batin. Menawa panjenengan tetep ana ing kahanan kaya saiki, banjur kanthi sakabehing kewatesan sing panjenengan rasakake lan duweni, angel anggone memehi pitulungan marang jalma liyane. Mula, kanthi mikirake kawigatene sak akeh-akehing jalma liyane, panjenengan nduweni niat lan tekad kanggo ngembangake batin kanthi sagedhe-gedhene. Kanggo tujuwan kaya mangkene iki, panjenengan ana ing kene kanggo ngrungokake piwulang lan katrangan sing bakal dibabarake.

Sadurunge njlentrehake katrangan lan wedaran, aja lali dene Urut-Urutaning Dalan Tumuju Kawicaksanaan utawa Lamrim kabagi menyang 4 prekara kang utama, yaiku:

1. Luhuring Sumber Ajaran, dicawisake kanggo nuduhake sumbering Dharma kang bisa dipitaya.
2. Luhuring Dharma, dicawisake kanggo nuwuhake rasa urmat marang wedaran.
3. Cara ngrungokake lan medarake Dharma sing nduweni rong prekara kaluhuran.
4. Cara nuntun siswa lumantar wedaran sing sejati.

Babagan kaping papat kabagi menyang rong prekara:

1. Oyoting saka Sang Dalan — kaya dene ngabekti marang dwija kebatinan
2. Kepriye carane nggladhi urutan kanggo nggladhi batin nalika kita wis ngabekti marang dwija kebatinan.

Prekara kaping pindho ing ndhuwur banjur kabagi maneh menyang rong prekara, dene ing prekara kelorone — cara-cara



kanggo nggayuh biji saka kelairan minangka manungsa sing nduweni kamardhikan lan kauntungan — kabagi dadi telu:

1. Nggladhi batin ing Urut-Uritaning Dalan sing padha karo sing ditindakake dening wong sing nduweni niat cilik.
2. Nggladhi batin ing Urut-Uritaning Dalan sing padha karo sing ditindakake dening wong sing nduweni niat sedhengan.
3. Nggladhi batin ing Urut-Uritaning Dalan sing padha karo sing ditindakake dening wong sing nduweni niat luhur.

Nggladhi batin ing Urut-Uritaning Dalan sing padha karo sing ditindakake dening wong sing nduweni niat cilik kabagi menyang rong prekara maneh:

1. Nuwuhake tumindak preduli marang urip-urip sabanjure
2. Nindakake cara-cara kanggo nggayuh kabagjan ding urip-urip sabanjure.

Nindakake cara-cara kanggo nggayuh kabagjan ding urip-urip sabanjure kabagi maneh dadi loro:

1. Singidan (Trisarana): lawang suci kanggo ngrasuk ajaran
2. Oyot saka sakabehing kabagjan: nuwuhake kapitayan tumrap hukum karma lan asil-asile.

Oyot saka sakabehing kabagjan: nuwuhake kapitayan tumrap hukum karma lan asil-asile kabagi dadi telu:

1. Mbatin karma lan asil-asile kaya padhatane
2. Mbatin ajaran khusus bab hukum karma lan asil-asile
3. Kepriye carane nindakake tumindak-tumindak becik lan ngedohi sing ora becik.

Prekara kaping pisan, mbatin karma lan asil-asile kaya



padhatane, kabagi maneh dadi loro:

1. Cara sejati kanggo mbatin karma lan asil-asile kaya padhatane.
2. Mbatin werna-wernaning karma lan asil-asile kanthi kapisah.

Prekara kaping pisan, cara sejati kanggo mbatin karma lan asil-asile kaya padhatane, kabagi maneh dadi papat kaya sing wis dijlentrehahake ing wedaran sadurunge, yaiku:

1. Karma iku mesthi
2. Karma iku tumangkar lan ngrembaka kanthi cepet
3. Kita ora bakal nanggung asile karma sing ora kita tindakake
4. Karma sing wis kita tindakake ora bakal ilang kekuwatane kanggo uwoh.

Prekara kaping pindho, mbatin werna-wernaning karma lan asil-asile kanthi kapisah, kita wis mangerteni werna-wernaning dalam karma sing ana ing Anggitan Agung Urut-Urutaning Dalam Tumuju Kawicaksanan (Lamrim Chenmo). Kita kudu bisa mangerteni wigatine wedaran babagan “Karma lan Asil-Asile” iki ing gandheng rentenge karo nggayuh tujuwan utawa asil sing dikarepake, apa iku kamulyaning lair minangka manungsa sing mardhika lan untung, kabagjan sing mesthi sing wujud mardhika saka samsara utawa panandhang lan kawicaksanan kang jangkep sampurna.

Prekara wiwitan ing “mbatin werna-wernaning karma lan asile kanthi kapisah” njlentrehake babagan sepuluh dalam karma ireng, yaiku ing prekara “katrangan sing sejati babagan dalaning karma ireng”. Kanthi jangkep, prekara “mbatin werna-wernaning wujud karma lan asil-asile kanthi kapisah” bisa dibagi maneh dadi telung prekara:



1. Mbatin dalam karma ireng
2. Mbatin dalam karma putih
3. Katrangan ringkes bab werna-wernaning wujud tumindak sing gedhe kekuwatane.

Mbatin dalam karma ireng kabagi maneh dadi telu:

1. Katrangan sing sejati bab dalaning karma ireng
2. Katrangan bab bedane urutaning abote
3. Asile saka dalaning karma ireng

Sepuluh dalaning karma ireng kabagi maneh dadi telung dalam karma badan jasad, papat dalam karma wicaran, lan telung dalam karma batin. Wingi kita wis ngrembug telung dalam karma ireng badan jasad lan papat dalam karma ireng wicaran utawa omongan. Kanggo telung dalam karma ireng batin, kita wis ngrembug sing wiwitan, yaiku kesrakahan. Saiki, kita lumebu ing wedaran niyat ala.

### **Katrangan 9. Niyat Ala**

Padha karo sadurunge, katrangane kabagi maneh dadi papat:

1) dhasar, 2) panemu sing ndhasari tumindak, 3) tumindak iku dhewe, 4) parampungan. Dhasar, panemu sing ndhasari tumindak, lan klesha kanggo niyat ala padha karo prekara omongan kasar utawa ala.

Dhasare yaiku apa bae utawa sapa bae sing kita anggep ora nyenengake. Katrangane padha karo sadurunge, klesha sing melu uga padha kaya sadurunge. Kekarepane yaiku niyat kanggo nindakake prekara-prekara kayadene nyulayani wong liya. Kita ora seneng marang wong tartamtu lan ngarep-arep apa bae sing ala sing bakal



bisa dirasakake wong liya kasebut. Prekara ala iku bisa lita tindakake dhewenan utawa ngongkon wong liya kanggo nindakake. Niyat ala contone ngarep-arep wong liya mati utawa kelangan barange.

Minangka tuladha, saiki coba sapa ing ana kene mikirake wong sing ora kita senengi. Banjur tuwuhake niat ala supaya apa bae sing ala dirasakake wong kasebut. Kita ngarep-arep wong iku kena reribed, lara, lan nemoni prekara ala ing pakaryaning lan sakpiturute. Salah siji niat kasebut minangka conto niat ala. Tuladha liyane yaiku nalika kita ngarep-arep wong liya ora kasil anggone nindakake pakaryan. Pikiran-pikiran ala kaya mangkono iku dudu prekara sing ora umum. Nanging malah kosok baline, niat ala iku prekara sing bgampang banget tuwuh ing batin kita.

Yaiku katranganing kekarepan kanggo niat ala. Kanggo tumindake dhewe, kayadene wis dijlentrehake ing Anggitan Agung Urut-Urutaning Dalan Tumuju Kawicaksanan, amung kanthi “nuwuhake panemu utawa pamikiran kaya mangkono iku”. Ing prekara dalan karma batin, ora segampang lan sacetha dalan karma jasad lan wicaran. Kanggo dalan karma jasad lan wicaran, kekarepane bisa dibedakake kanthi tumindak sejatine. Dene kanggo dalan karma batin, uga kekarepan, tumindake dhewe, nganti paramprungane, kabeh iku asipat batin.

Menawa kita ngupaya mbedakake antaraning kekarepan lan tumindak sejatine ing prekara niat ala, banjur loro-loroning bisa dibedakake maneh saka bab sering lan kekuwatane. Tuladhane, ing urutaning kekarepan, kita bisa bae mikir, “Mendah apike



yen apa bae sing ala bisa karasakake wong iku.” Sabanjure, ing urutan-urutan tumindak sejatine, kekarepan kasebut luwih kuwat tinimbang nalika ana ing urutan-urutan kekarepan.

Parampungan niat ala ana ing kaputusan sing digawe ing batin. Beda karo parampungan ing tumindak jasad nalika wong bener-bener ngantem utawa nyulayani wong liya. Ing prekara dalam karma ireng niat ala, parampungan kedaden nalika tuwuk kaputusan lan niat kebak supaya apa bae sing ala dirasakake wong liya.

Dadi, ayo kita baleni maneh urutan-urutane. Kang kapisan, gegayutan karo sapa bae sing ora kita senengi, kita nuwuhake niat kanggo nyulayani, ngantem utawa nyerang wong iku. Niat iku tuwuh ing urutan-urutan wiwitan sing disebut kekarepan. Banjur, kita tansah mikirake niat kasebut iku saengga kekarepan iku sansaya kuwat. Artine, nyate wis ngrembaka dadi niat kanggo bener-bener nyulayani. Ing wektu iku, niat kanggo bener-bener nyulayani wis minangka tumindak sejati. Nalika ana kaputusan gedhe kanggo nuwuhake niat kanggo nyulayani, ing kono iku dalam karmane dadi jangkep.

Menawa ora dimangerteni kanthi tliti, katelu urutan-urutan iki kaya-kaya minangka siji reroncening pamikiran sing padha. Angel kanggo mangerteni dene sabenero ana telung urutan-urutan sing beda sing ana ing njeron. Sabanjure, ana limang prekara sing nentokake apa dalam karmane jangkep apa ora. Menawa salah siji saka prekara iki ora ana, banjur dalam karmane ora jangkep

Kalimane yaiku:



1. Tumindak cengkah sing dituwuhake dening pangrasa  
sing nyawang sipat-sipating jalaran-jalaran  
kang mbebayani lan kedadeyan sing ana gandheng  
rentenge karo dheweke, nduweni pribadi sing sejati.

Tumindak iki yaiku nduweni pikiran sing cetha dene “Ya iki wonge utawa prekara sing nyulayani awakku”. Kaya dene anggapan sing cetha lan pas tumrap apa bae sing dianggep bakal nyulayani awake dhewe. Dadi, coba pikirake kanhi tenanan. Menawa panjenengan rila legawa marang pamikiran iki lan ora musatake kawigaten marang apa bae utawa sapa bae sing panjenengan anggep minangka wong utawa apa bae sing nyulayani panjenengan, banjur panjenengan ora bakal ngrasakake dene panjenengan ora saguh utawa ora bisa nampa bebaya sing dituwuhake. Supaya dalam karma niat jahat dadi jangkep, batin kudu kanthi cetha nganggep dene, “Ya iki sing nyulayani awakku”.

2. Tumindak ora sabar amerga ora sabar ngedhepi sing  
nyulayani panjenengan;

Dadi, balik maneh, cetha banget dijlentrehake ing prekara kaping pindho iki, yaiku tumindak ora sabar. Mungguh wong bisa sabar, banjur kesabarane iku ora bakal mara menyang tumindak cengkah nganti nuwuhake niat ala kanggo nyulayani sapa bae sing dianggep dadi jalaraning bebaya. Dadi, kurange kesabaran iku minangka sumber utama kanggo tuwuhe niat ala.





3. Serik ati sing tuwuh amerga kawigaten sing ora bener lan tansah ditindakake dibarengi pikiran jalaran-jalarane kamurkan;

Tumindak iku mijil amerga tansah nyawang lan nuwuhake pamikiran utawa panemu bab jalarane bebaya utawa apa kang dianggep nyulayani utawa njalarake kamurkan ing jroning batin. “Kawigaten sing ora bener” lan “pangling-eling tumrap jalaran-jalaraning kamurkan” iku minangka sumbering tuwuhing kamurkan ing jroning batin.

4. Tumindak sing kebak rasa iri sing mikir, “Mendah apike yen musuhku dak tempiling utawa dak pateni”.

5. Tumindak sing dipandhegani rasa tanpa wirang utawa isin bab niat ala lan lali marang tekading kanggo mardhika saka kekliruwan-kekliruwan jalaran niat ala.

Tumindak iki tuwuh nalika sapa bae bener-bener didhasari dening niat ala saengga dheweke ora nggagas untung rugine saka niat ala iku.

Gatekake werna-wernaning sarat ing ndhuwur lan batinen sarat-sarat kasebut tenanan. Ing kene, niat alan iku minangka wujuding pamikiran kang gampang banget tuwuh, nanging ing kono dalan karmane ora jangkep yen ora kaleksanan sakabehing limang sarat kasebut. Bisa bae kita nduweni pangrasa ala marang sapa bae, nanging durung tamtu pangrasa iku ngleksanani limang sarat niat ala.

Bisa bae wong nduweni niat ala, nanging dheweke durung patiya kelangan kesabaran. Bisa uga niat alan tuwuh tanpa kawigaten sing kleru



utawa uga pangling-eling marang jalaran-jalaraning kamurkan. Umume, sapa bae bakal nduweni niat ala ora nganti bener-bener mateni utawa nempiling liyan. Ing kahanan sing umum biasane ora nganti kaya mangkono.

Niyat ala bisa tuwuh ing maneka warna urutan lan kekuwatan. Biyasane niat ala ora nganti ngleksanani sakabehing kalima sarat kasebut. Tuladhane, niat ala biyasa, kayadene ngarepake apa bae sing ala dirasakake liyan. Niyat ala sing biyasa tuwuh nalika kita mangerteni bebaya utawa inciman saka wong kasebut menyang kita lan kita mung ngarepake apa bae sing ala kareben dirasakake. Dadi, iku klebu niat ala biyasa, sing beda karo niat ala sing ngleksanani limang sarat jangkep.

## **Katrangan 10. Panemu kleru**

Dhasare yaiku apa bae sing ana sing katon lan sing ora katon. Ing babagan sepuluh dalan karma ireng, panemu sing kleru nuduhake mung kanggo nyelaki apa bae sing pancen ana. Dadi, ora klebu panyelakan marang apa bae sing ora ana. Panemu sing kleru ing kene nuduhake marang panyelakan apa bae sing pancen ana lan nganggep ora ana.

Saka katelu prekara pamikiran sing didhasari tumindak, ancasa marang apa bae di diselaki. Kleshane yaiku salah sijining saka katelu racuning batin. Kekarepane yaiku niat kanggo nyelaki ananing apa bae sing ana. Tumindake dhewe yaiku nyekel panemu sing kleru. Padha kaya wedaran sadurunge, tumindakane ngandhut kekuwatan sing gedhe tinimbang kekarepan wiwitan saka panemu sing kleru.



Ana maneka warna wujuding panyelakan marang apa bae sing pancen ana, nanging ada papat sarat sing utama, yaiku:

1. Kleru anggone nyelaki jalaran-jalaran
2. Kleru anggone nyelaki asil-asil
3. Kleru anggone nyelaki tumindak-tumindak
4. Kleru anggone nyelaki apa bae sing katon utawa ana

Panyelakan marang jalaran nduweni jarwa nyelaki ananing apa bae sing bener lan kleru, utawa nduweni panemu dene ora ana sing jenenge tumindak becik lan tumindak ala. Uga nduweni jarwa panyelakan marang jalaran lan asile.

Nyelaki asil nduweni jarwa nyelaki asiling tumindak becik utawa ala, sing uga nudweni jarwa nyelaki jalaran lan asile.

Panyelakan sing kleru marang tumindak-tumindak kabagi telu:

1. Panyelakan sing kleru marang tumidak-tumindak nandur lan ngopeni winih-winih iku nganggep dene bapa lan biyung iku ora ana.
2. Panyelakan sing kleru marang tumindak-tumindak teka lan lunga iku nganggep dene urip sadurunge sing kapungkur lan urip sing bakal kagayuh iku ora ana.
3. Panyelakan sing kleru marang tumindak-tumindak klairan iku nganggep dene jalma urip iku ora bisa lair kanthi langsung ujug-ujug.

Panyelakan marang ananing klairan sing ujug-ujug nduweni jarwa nyelaki ananing Alam Bardo (pungkasane urip lan wiwitane urip sabanjure).



Tumindak panemu kleru sing kapapat, yaiku panyelakan sing kleru marang apa bae sing ana, yaiku nganggep dene Arahat lan werna-wernane iku ora ana.

Parampungane yaiku kapesthen dene panjenengan wis nyelaki apa abe. Nglanggar panemu kleru sejatine kedaden nalika gegayutan karo kalima tumindak kaya mangkene iki:

1. Tumindak sing bingung amerga ora mangerteni wujud-wujuding kaweruh kanthi pas;
2. Tumindak atos amerga dhemen ing kamurkan;
3. Tumindak kang tansah dumadi kanthi kleru amerga mbatinane piwulang-piwulang sing ora bener;
4. Tumindak ala amerga panyelakan sing kleru sing nganggep prekara-prekara kaya dene wewehan, cawisan-cawisan kebatinan, cawisan-cawisan sing dibong, lan tumindak sing bener minangka prekara-prekara sing ora ana;
5. Tumindak sing dipandhegani amerga panemu-panemu kleru iki, jalaran ora ananing rasa isin lan nglalekake tekading kanggo mardhika saka kekleruwan-kekleruwan jalaran panemu sing kleru.

Tumindak katelu contone ana wong sing diprecaya dene nalika dheweke mateni wong sing nduweni kabecikan sing gedhe banjur dheweke bakal nggayuh kabecikane sing dipateni kasebut utawa bakal pikantuk kekuwatan saka kewan kuwat sing dipateni iku. Ya iku contone nduweni panemu kleru.

Tumindak kapapat minangka panyelakan sing nuwuhake panemu kleru sing banget klerune, yaiku ora ngakoni tumindak



—❦— WEDARAN III —❦—

weweh, nindakake cawisan, lan tumindak-tumindak becik sarta nyelaki anane asil-asil becik saka tumindak-tumidak kasebut, iku minangka kekleruwan sing nduweni asil sing amba banget klebu panyelakan marang tumindak-tumindak becik liyane. Tuladhane, wong sing muni dene ora ana gunane menahi pitulungan marang jalma urip sing arep dipateni.

Menawa kita nggatekake kalima sarat sing kudu dileksanakake supaya dalan karmane panemu kleru dadi jangkep, sejatine ora patiya gampang kanggo ngayahi sarat-sarate.

Je Rinpoche banjur menahi wedaran dene isih akeh wujud-wujuding panemu kleru liyane, nanging mung prekara-prekara iki bae sing disebut “panemu kleru”, amerga iki kabeh minangka panemu kleru sing paling gedhe, ya lumantar panemu kleru iki panjenengan ngejur sakabehing oyot-oyoting kabecikan saengga nduweni asil sing paling abot. Dadi, panemu kleru sing ana ing sepuluh dalan karma ireng iki mung ngandhut panyelakan marang prekara-prekara sing pancen ana. Panyelakan liyane ora klebu senjata mesthi bae ana akeh banget wujud-wujuding panemu kleru liyane.

Kekleruwan kang awujud panyelakan marang apa bae ngandhut panyelakan babagan mbuwang klesha lan dadi Arahat. Iki minangka salah sijining wujud panyelakan sing utama, yaiku nyelaki ananing peluang kanggo dadi Arahat

[ngaso sedela]

Wedaran sabanjure ing seratan Anggitan Agung Urut-  
Uritaning Dalan Tumuju Kawicaksanan iku wigati banget. Salah



siji saka katelu racuning batin bisa lumebu ing dalan karma ireng, nanging ora kabeh nduweni pengaruh ing babagan parampungan. Bisa bisa klesha melu ing pamikiran tumindak sing beda karo klesha ing parampungane, nanging bisa uga padha. Yaiku, kita bisa mendakake antarane klesha sing mandhegani dadine tumindak lan klesha sing mendhegani nalika parampungan.

Gegayutan karo paten-patenan, omongan sing kasar, lan niat ala. Panjenengan bisa nindakake kanthi didhasari dening salah sijining katelu racuning batin, nanging parampungane kudu arupa klesha tumindak cengkah utawa kamurkan. Babagan iki gampang dimangerteni. Katelu wujuding tumindak kasebut yaiku timindak sing kasar utawa atos, saengga mbutuhake tumindak cengkah utawa kamurkan supaya tumindake nggayuh parampungan.

Magepokan karo bab nyolong, tumindak saresmi sing ora bener, lan kesrakahan, katelune bisa didadi dening salah siji saka katelu racuning batin, nainging parampungane mung dumadi menawa ana rasa ndarbeni utawa nduweni. Nanging yen kanggo goroh, omongan sing mecah belah lan omongan sing ora migunani. Panjenengan bisa nglakoni utawa ngrampungake karo salah siji saka katelu racuning batin. Panemu kleru bisa uga ditindakake amerga didayani dening salah siji saka katelu racuning batin, nanging parampungane mung bisa karo klesha ka-ora weruh-an.

Mula saka iku, kita bisa mbatin kasepuluh dalan karma kanggo mendakake antaraning karma lan dalan karma. Tumindak iku diwiwiti saka niat lan niat iku karma, nanging niat ora padha



karo dalaning karma. Kapitu angkara murka utawa kamurkan sing ngandhut badan jasad lan wicaran iku minangka karma lan dalaning karma, menawa yen telu kamurkan batin iku dalam karma, dudu karma.

Ayo saiki kita rembug sethithik bab apa iku karma lan dalam karma. Kanthi umum karma iku kabagi dadi loro, yaiku karma batin lan dudu batin (prekara kawujud sing ora gegayutan). Katrangan ing seratan Anggitan Agung Urut-Urutaning Dalam Tumuju Kawicaksanan nganti bageyan panemu sing jero melu ilining panemu filosofis Cittamatin lan Madyamika. Yaiku, karma kang nduweni sipat batin, tanpa wujud, melu pambageyan kahanan batin lan kahanan wujud sing ora gegayutan.

Panemu dene karma iku dudu dalam karma kudu dimangerteni luwih cetha. Ing seratan Anggitan Agung Urut-Urutaning Dalam Tumuju Kawicaksanan, panemu kang dinut ing katrangan panemu sing jero yaiku Prasangika. Sakabehing katrangan sadurunge panemu kang jero melu panemu umume, yaiku Cittamatin dan Madhyamika. Dadi, karma bisa minangka kahanan batin sing tujuwane marang niat, utawa karma arupa prekara kawujud sing ora gegayutan sing tujuwane marang tilase karma.

Nganti ing kene, aku pengin nakokake siji pitakonan, yaiku apa bedane antarane karma lan tilase karma. Aku lan panjarwa bisa ngaso sedhela nalikane panjenengan kabeh mikir.

[wangsulane ora patiya cetha]



Anggitane Je Rinpoche iki ngedap-edapi banget amerga njlentrehake katrangan sing pas uga cetha banget. Anggitan iki uga njlentrehake katrangan kang rinci lan jangkep, sing didayani dening sawenehing daftar pustaka, contone yaiku anggitan-anggitan Arya Asanga, Arya Nagarjuna, sarta methik saka akeh Kitab utawa Sutra.

Manungsa sing katon anteng nanging sejatine saben wektu nindakake tumindak badan jasad, wicaran utawa omongan lan batin sing maneka warna lan sentyasa owah. Lumantar pambatinan, kekleruan ing tumindak badan jasad lan omongan bisa diendheg, nanging ora kaya mangkono babagan tumindak batin. Mula saka iku, wangsulan sing diwenehake ora nengsemake nanging malah sansaya mbingungke.

Tumindak jasad lan omongan didhasari dening prekara batin, yaiku prekara batin “niyat” sing sentyasa ana ing jeroning batin. Niyat iki ndayani sapa bae kanggo nindakake tumindak jasad lan wicaran sing kagolong ora becik. Yen nganti tumindak jasad lan wicaran sing ora becik keladuk ditindakake, iku nduweni jarwa wis telat kanggo didohi. Aja ngeworake prekara batin niyat karo kekarepan sadurunge nindakake tumindak. Ing antarane prekara batin sing sentyasa tumeka, ana siji prekara batin sing disebut “niyat” lan mung bisa dimangerteni lumantar pambatinan.

Bakal luwih becik menawa panjenengan nduweni wektu kanggo mbatin tapi ketokane kita wis meh kentekan wektu. Dadine, kita kudu nerusake wedaran. Mau wis sethithik disenggol bab niyat sing minangka karma nanging dudu dalan karma. Niyat





ing kene dudu nduweni tujuwan marang prekara batin “niyat” sing tumeka ing saben urutan, nanging niyat sing ndayani tumindak, dudu tumindake dhewe. Yen kita ana ing panemu bab pambageyan linandhasan dhasar, panemu sing ndayani tumindak, tumindakane dhewe lan parampungane, banjur ing panemu sing ndayani tumindak iku kasusun saka pangenalan, kekeparepan utawa klesha. Kekeparepan ing kene katujukake marang prekara niyating batin, yaiku kekeparepan kanggo nindakake tumindak, sing tuwuh sadurunge nindakake tumindak. Niyat kaya mangkene iki minangka karma amerga niyat utawa kekeparepan tansah arupa karma, nanging dudu arupa dalaning karma. Kekeparepan ditujukake marang niyat utawa karma, nanging dudu dalan karma.

Pitu dalaning karma ireng sing dudu mung karma nanging uga minangka dalan karma katujukake marang prekara batin “niyat” nalika sapa bae nembe mateni, nyolong, nindakake saresmi kang ora pantes, ngapusi utawa goroh, ngucapake ukara-ukara kang mecah belah, ngucapake ukara-ukara kasar, lan ngucapake ukara-ukara sing ora ana gunane. Prekara batin “niyat” sing kedaden nalika kedadeyan kasebut arupa karma uga dalaning karma.

Katelu tumindak batin sing ora becik, yaiku kesrakahan, niyat ala lan panemu sing kleru iku minangka dalaning karma, nanging dudu karma. Kena apa kok dudu karma? Amerga klebu sarate klesha, sing arupa prekara batin sing beda saka prekara batin “niyat”.

Gegayutan katrangan bab dalan karma, “dalan” ing kene minangka padha dalan, nanging karma katujukake menyang apa?



Apa katujukake ing sakabehing wujuding karma? Utawa mung karma awujud tartamtu? Aku bakal menehi wektu kanggo panjenengan kabeh kanggo mikirake babagan iki lan kita terusake ing wedaran sabanjure.

Saiki, ayo kita gatekake beda-bedane urutaning sakenane ing saben ka-ora becik-an. Iki dijlentrehake kanthi dawa ing seratan Lamrim Besar (Anggitan Agung Urut-Urutaning Dalan Tumuju Kawicaksanan) amerga katujukake menyang seratan Viniscaya-samgrahani lan seratan liyane. Ringkese, kita bisa tujukake menyang seratan Layang marang Kanca (Suhrl-lekha) anggitané Nagarjuna sing nyebutake:

“Kalima wujud tumindak becik lan ora becik,  
Sing tuwuh saka tumindak nekad, kekarepan lan ora ana  
jamune,  
Lan dhasar-dhasare kabecikan sing paling dhasar  
Banget gedhene; ing antarane sakabehing tumindak iku,  
Ngupayaa kanggo ngembangake kabecikan”.

Dhasar-dhasaring kabecikan sing paling dhasar katujukake marang Triratna, dwija kebatinan, wong tuwa, kang katujukake menyang tegalan kabecikan. Tumindak sing tansah ditindakake mesthi bae nduweni urutan katenanan sing luwih abot. Uga gumantung marang kuwat lan aloning klesha sing melu. Contone, omongan kasar sing diucapake kanthi kamurkan sing gedhe mesthi ngasilake karma ala sing luwih abot tinimbang yen omongan kasar nanging ora ana klesha kuwat sing ndayani.

Wedaran kango prekara “beda ing abote” ing seratan Anggitan



Agung Urut-Urutaning Dalan Tumuju Kawicaksanan kabagi dadi loro:

1. Abot saka sepuluh tumindak ora becik
2. Sarat kanggo tumindak-tumindak sing kuwat.

Ana lima panyebab sing nentokake aboting tumindak. Kayadene dituladhakake ing prekara paten-patenan, jalaran-jalarane kaya mangkene:

Katrangan 1. Tumindak mateni sing abot amerga pakarti iku tumindak mateni sing ditindakake kanthi telu racuning batin sing kuwat.

Katrangan 2. Tumindak mateni sing abot amerga pakartine dhewe kalebu:

1. Mateni srana batin sing rumangsa seneng amerga wis njupuk nyawane jalma, lagya njupuk nyawane jalma, utawa uga arep njupuk nyawane jalma ing wektu ngarep.
2. Nindakake dhewe tumindak mateni kasebut, njalari wong liya nglakoni dan aweh pamuji marang tumindak kasebut;
3. Nindakake srana batin sing seneng nyawang leksanane tumindak kasebut lan nindakake sarampunge pambatinan lan panggladhian sing dawa;
4. Tansah nindakake kanthi sregep lan tansah nindakake tumindak mateni sing gedhe cacahé.
5. Mateni kanthi nyiksa;
6. Mateni sak bubare meden-medeni sing bakal dipateni kanggo nindakake pakarti-pakarti sing ora pantes;
7. Mateni nalika sing arep dipateni ana ing kahanan alum, lagya nandhang utawa melarat utawa nalika sing arep dipateni lagya sambat utawa njaluk pang



Katrangan 3. Tumindak mateni sing abot amerga ora ananing jamune iku tumindak mateni sing ditindakake:

1. Nalika ora nggladhi prekara panggladhen saben dina apa bae;
2. Nalika ora njaga tekad sedina ing pananggalan sasi anyar utawa pananggalan kawolu, kaping patbelas utawa kaping limalas; sapa bae sing tansah ora nduweni ati sing sumeleh, nglumpukake kabecikan, ngrembug Dharma, nyawisake pangurmatan, jumeneng ngormati sapa bae sing kudu diormati sing lagya mlebu panggonan sing padha, ngepel asta minangka wujuding pangurmatan utawa nduweni sipta sing urmat;
3. Nalika saka wektu menyang wektu ora rumangsa isin utawa wirang marang dhiri pribadi; isin marang wong liya utawa nduweni pambatinan wiwitan bab rasa kleru sing jero;
4. Nalika ora lagya nggayuh urutaning kamardhikan saka kadbening dunya utawa kaweruh sing wening bab ajaran.

Katrangan 4. Tumindak mateni sing abot amerga ndarbeni marang prekara-prekara ora becik iku yumindak mateni sing ditindakake kanthi gumantung marang salah siji wujud panemu kleru. Tuladhane, ana sing mateni amerga nduweni karep supaya dadi suci, gumantung marang panemu-panemu anggone nindakake pangurbanan kewan. Sing nduweni panemu dene ora ana klerune yen mateni kewan-kewan amerga nguwasani sakabehing jalma lan kewan-kewan iku kanggo dheweke.



Katrangan 5. Tumindak mateni sing abot amerga dhasare iku tumindak mateni kewan sing duwe jasad gedhe, manungsa, jabang bayi, wong tuwa, bu lik utawa pak lik, sapa bae sing minangka dwija utawa guru, kanca raket, Sravaka, Boddhisattwa, Arahat utawa Pratyekabuddha. Uga, klebu tumindak mateni sing abot amerga dhasare, nalika sapa bae mangerteni dene Tathagata ora bisa dipateni lan dheweke banjur netesake getihe Buddha kanthi niat nyulayani.

Tumindak mateni sing ditindakake lumawanan karo kalima jalaran ing nduwur klebu tumindak mateni sing entheng. Panjenengan kudune mangerteni dene saka sisane sangang karma ala liyane padha karo abote tumindak mateni iki, kejaba kanggo dhasare, sing dijlentrehake kaya mangkene.

Nyolong dadi abot amerga dhasare, menawa ana gandheng rentenge ing cacah gedhe uga nyolong barang-barang sing apik; utawa nyolong sak bubare ngapusi wong sing wis aweh kapitayan; utawa nyolong saka wong sing luwih asor, wong melarat, wong sing wis ngeculake kadunyan, utawa panggladhi-panggladhi buddhis liyane; utawa sing ana gegayutane bab nyolong barang sing nduweni aji luhur; utawa nyolong barang-barang sing diduweni para Sravaka, Arahat, Pratyekabuddha, Pasamuwan [Sanggha] utawa stupa-stupa.

Tumindak saresmi sing kleru dadi abot amerga dhasare, menawa panjenengan gegayutan marang sapa bae sing ora entuk dijak gegayutan — biyung, dulure biyung, bojone kanca raket, biksuni, siksamana, utawa sramaneri. Gegayutan karo bageyaning



badan jasad sing ora pantes, tumindak saresmi ora bener sing abot linandhasan dhasare iku saresmi srana cangkem. Gegayutan ing wektu sing ora pantes, iki klebu saresmi sing ditindakake karo sapa bae sing wis njupuk tekad sedina, wanita sing lagya meteng tuwa, utawa sapa bae sing lagya lara. Gegayutan karo panggonan sing ora pantes, iki klebu saresmi sing ditindakake ing panggonan-panggonan sing ana stupane utawa ana ing cedhake pasamuwan [Sanggaha].

Ngapusi sing abot amerga dhasare iku amerga kanggo ngapusi lan nggorohi, ngapusi kanthi werna-wernaning tujuwan; ngapusi wong-wong sing wis aweh pitulungan marang panjenengan — saka wong tuwa nganti para Buddha; nganti wong-wong becik lan marang kanca-kanca raket; tumindak ngapusi sing ndayani tuwuhe tumindak ala sing abot utawa luwih — mateni, nyolong lan saresmi sing kleru. Ngapusi kanthi tujuwan mecah belah pasamuwan [Sanggaha] minangka kekleruwan ngapusi sing paling abot ing antarane tumindak ngapusi.

Omongan utawa wicaran mecah belah sing abot amerga dhasare iku omongan sing misahake wong-wong sing wis suwe kekancan, para dwija, wong tuwa, wong tuwa karo putra-putrane, utawa pasamuwan lan omongan mecah belah sing ndayani tuwuhe tumindak-tumindak abot — katelu wujuding tumindak lumatar badan jasad.

Omongan kasar sing abot amerga dhasare iku ngomongake ukara-ukara kasar marang wong tuwa lan sakpiturute, utawa marang wong kayadene dwija utawa guru; ngucapake ukara-ukara kasar



kanthi ngapusi utawa goroh sing ora bener lan ora pas; lan kanthi langsung nesoni, ngritik lan ngina.

Omongan sing ora migunani sing abot amerga dhasare iku kaya mangkene. Aboting omongan sing ora migunani saka katelu omongan kleru liyane — ngapusi lan sakpiturute — padha kaya ing ndhuwur. Omongan sing ora migunani liyane sing abot amerga dhasare, klebu omongan sing ora migunani linandhasan marang congkrah, tansah golek kleruning liyan, cengkah lan derdah; tumindak-tumindak kaya maca seratan-seratan ajaran dudu buddhis kanthi tumindak sing ndarbeni, lan guyon gejoekan, ngina utawa ngomong kanthi murang tata marang wong tuwa, kanca raket lan kaya dwija utawa guru.

Kesrakahan sing abot amerga dhasare klebu kekarepan nduweni barang-barang cawisan sing diwenehake marang pasamuwan [Sanggha] lan stupa; lan kanthi sombong nuduhake ajining kabecikan awake dhewe, nduweni niat nampa saka kanca-kanca kebatinan sing wasis amega kaweruh-kaweruhing panjenengan.

Niyat ala sing abot amerga dhasare klebu niat ala sing ditujukake marang wong tuwa, kanca raket, dwija-dwija, marang wong sing ora duwe kleru, wong-wong melarat, wong-wong sing lara, wong-wong sing pantes lan kudu dimesakake lan wong-wong sing wis nindakake kekleruwan marang panjenengan nanging wis ngakoni saka ati sing jero.

Panemu-panemu kleru sing abot amerga dhasare iku nyelaki marang sakabehing cara kebatinan sing dhasar (sing luwih abot tinimbang panemu kleru liyane) lan uga panemu dene dunya iki ora



ana Arahata, sapa bae sing wis nggayuh kasejaten, utawa uga wong-wong sing wis nggayuh kasejaten iku dhewe.

Ing sepuluh dalan karma ireng, kapitu sing wiwitan, yaiku telu jasad lan papat wicaran, urutan sing luwih dhisik abote tinimbang sakuwise. Dadi, kanggo karma jasad, mateni luwih abot tinimbang nyolong, nyolong luwih abot tinimbang tumindak saresmi sing ora bener. Dhasar sing padha ya kanggo karma wicaran utawa omongan. Ngapusi luwih abot tinimbang omongan sing mecah belah, lan sakpiturute. Kanggo karma batin, urutanane dadi kosok baline. Kesrakahan sing luwih entheng, sabanjure niat ala, lan sing luwih abot yaiku panemu kleru. Katrangan iki diwedharake linandhasan Yoga-carya-bhumi anggitané Arya Asanga.

Mangerteni dan meruhi panggonane lan bedane urutanane katenanane tumindak banget wigatine. Kanthi panemu mangkono, kita bisa ngati-ati ing sakabehing tumindak lan pakarti. Kita bisa nggatekake kawigaten supaya aja nganti nucapake omongan-omongan kasar marang wong tuwa, wong sing wis apik amarang kita, sarta perangané kulawarga kita. Kita uga ora entuk nindakake pakarti ala marang wong-wong sing nduweni aji kayadene wong sing sumeleh, utawa wong-wong sing ana ing kahanan ala lan lara. Yen nganti kita ngina wong-wong sing wis ana ing kahanan kaya mangkono iku, tumindak iki luwih abot tinimbang yen kita nindakake marang wong liya sing ana ing kahanan kang becik. Dadi, kaweruh iki wigati banget lan minangka dhasar sing aji kanggo kita kanggo tumindak lan nduweni sipat luwih ngati-ati ing gegayutan marang wong-wong tartamtu.





Dadi, kaya mangkono katrangane prekara bedane abot enthenge marang conto dalan karma materi. Wedaran sepuluh dalan karma ireng iki bisa digatekake maneh menyang Anggitan Agung Urut-Urutaning Dalan Tumuju Kawicaksana lan Kamardhikan ing Tangan Kita. Kanthi khusus, katrangan luwih rinci lan jangkep ana ing seratan Anggitan Agung amerga saben dalan karma ireng dijlentrehake kanthi rinci lan jangkep.

Kita wis nggatekake prekara-prekara apa bae sing ndadekake karma dadi luwih abot. Sabanjure, kita bakal nggatekake katrangan ringkes bab sarat-sarating tumindak sing kuwat utawa rosa. Ing seratan Anggitan Agung kaca. 286 tinulis papat prekara, yaiku:

1. Sing nampa (tjuwaning tumindak)
2. Sing nyengkuyung (sing nindakake)
3. Tujuwa (barang utawa materi sing lumebu utawa melu- melu)
4. Pakarti (panemu sing ndayani tumindak)

#### Katrangan 1. Kekuwatan gegayutan karo sing nampa

Ana akeh katrangan, pethikan lan seratan kitab utawa sutra sing njlentrehake prekara iki. Ringkese, tumindak sing ditujukake kanggo Triratna, para Boddhisatwa lan pasamuwan Sanggaha, ngemu surasa sing luwih abot tinimbang yen dituduhake menyang sing nampa liyane. Katrangan jangkep bab prekara iki uga klebu pethikan-pethikane bisa dijupuk ing Anggitan Agung.

#### Katrangan 2. Kekuwatan gegayutan karo sing nyengkuyung

Sapa bae sing nindakake trapsila utawa ora bakal ndayani kekuwatan saka tumindake. Sansaya akeh trapsila sing diduweni,



sansaya gedhe kekuwatan karmane saka tumindake. Uga, urutaning kaweruh lan kawicaksananing sapa bae uga ndayani kekuwataning karma. Sansaya gedhe kaweruh lan kawicaksanane, sansaya entheng kekleruwan sing ditindakake. Sansaya cilik kaweruh lan kawicaksanane utawa sansaya dheweke ora mangerteni sipat dhasaring tumindak ora becik, sansaya abot uga kekuwatan karma sing njlari tumindak ala sing ditindakake.

Kaweruh sing dimaksud ing kene ora padha karo kaweruh padhatane, nanging bab kaweruh sing njalari tumindake sapa bae. Maksude, sansaya mangerteni kekleruwan saka tumindak ala sing ditindakake, sansaya entheng urutaning katenanan karma alane. Menawa ana wong sing nduweni kaweruh sing akeh, nanging dheweke ora mangerteni kekleruwan-kekleruwane, karma ala sing ditindakake iku luwih abot. Wong kaya mangkono iku, senajan dheweke bisa bae nduweni kaweruh sing akeh, nanging ing pangerten buddhis dheweke dudu wong sing becik lan nduweni kaweruh sing sejati.

Kaweruh sing dimaksud ing babagan iki yaiku kaweruh babagan angkara murka, piye carane ngedhepine, lan cara nyucekake karma ala iku. Sapa bae sing nudweni kaweruh iku wong sing mangerteni tumindake dhewe, weruh nalika dheweke nindakake kekleruwan lan banjur nindakake tumindak-tumindak sing prelu ditindakake kanggo nyucekake karma alane. Kosok baline, menawa ana wong sing ora meruhi kekleruwane dhewe, senajan dheweke nduweni kaweruh amba apa maneh katon enggak marang kaweruhe iku, sejatine dheweke dudu klebu wong sing nduweni kaweruh.



Mau disebutake dene sansaya akeh trapsila sing diduweni, kekuwatan karmane uga sansaya gedhe, ing prekara ini gegayutan karo kamurkan utawa karma alane. Sansaya sethithik trapsilane, sansaya entheng uga karma alane. Kayadene sing wis panjenengan weruhi, ana telu wujuding sila, yaiku: 1) Sila kamardhikaning dhiri, 2) Sila Boddhisattwa, lan 3) Sila Tantra. Sapa bae sing mung nduweni sala siji wujud sila mesthi kekuwatan karmae luwih entheng tinimbang nduweni rong wujud sila. Sabanjure, sing nduweni rong wujud sila kekuwatan karmane luwih entheng tinimbang sing nduweni telung wujud sila. Sapa bae sing nduweni telung wujud sila bakal nduweni kekuwatan karma sing gedhe ing saben tumindak, ora prekara iku tumindak becik utawa ora becik.

Megepokan karo trapsila, menawa wong wis nindakake sila nanging ora njaga kanthi becik banjur tumindak kaya-kaya dheweke wis njaga sila kanthi becik kanthi niat nggayuh kagunan, untung lan sakpiturute, iku minangka kekleruwan sing banget alane.

### Katrangan 3. Kekuwatan gegayutan karo tujuwane

Kaya padhatane, ini ana gandheng rentenge karo tujuwan sing bakal ditindakake. Aweh Dharma utawa ajaran luwih unggul tinimbang aweh barang. Dadi, kekuwatan sing katelu magepokan karo sipat dhasaring tujuwan sing bakal ditindakake, yaiku aweh Dharma utawa ajaran Buddha ngandhut pigunan sing luwih gedhe tinimbang sakabehing paweweh arupa barang.

Ing prekara aweh barang, isih ana pambageyan kekuwatan karmane. Aweh barang sing luwih luhur yaiku aweh badan jasad. Mesthi bae, pawewehan iki isih ana ing njabane kabisan kita ing



kahaman kaya mangkene iki, nanging panjenengan prelu mangerteni prekara iki.

Kejaba iku. Ing antarane pawewehan ajaran, luwih migunani pawewehan ajaran Mahayana tinimbang Hinayana. Ing prekara ajaran Lamrim adhedhasar kekarepan, pawewehan ajaran kekarepan luhur luwih gedhe kekuwatane tinimbang kekarepan sedhengan lan kekarepan wiwitan.

Pawewehan liyane yaiku awesh rasa tentrem utawa mardhika saka rasa wedi. Ana akeh contone kanggo awesh rasa tentrem, tuladhane nulung lemut cilik sing tiba menyang banyu. Gegayutan piguna sing diwenehake, menawa kita nulung utawa mbiyantu jalma saka panandhang supaya mardhika saka nandhang samsara kanthi sakabehe. Gumantung ing wujud panandhange kaya apa sing wis kita upadi kanggo jalma kasebut supaya bisa luwar saka bebaya, iku sing mentokake kukuwatan karmane, apa bakal njalari gedhe utawa cilik.

#### Katrangan 4. Kekuwatan gegayutan karo tumindak

Kekuwatan karmane tumindak bisa disawang saka rong prekara, yaiku kereping lan suwene wektu. Nalika sapa bae nindakake kamurkan sing kagolong prekara karma ala sing abot, sing ditindakake kanthi klesha kamurkan utawa kadarbenan sing kuwat, banjur kekuwatan karmane dadi luwih abot tinimbang menawa tumindak kasebut ditindakake kanthi klesha sing luwih entheng. Kejaba iku, bab suwene wektu uga ndayani abot entheng karma.

Ing babagan kabecikan, sing nentokake kekuwataning karmane yaiku kekarepan sing ndayani tumindak. Apa kekarepan



—❖— WEDARAN III —❖—

iku didhasari dening kecarepan cilik, sedhengan, utawa gedhe. Ing antarane kabeh wujud kecarepan, sing luwih dhuwur yaiku kecarepan kanggo nggayuh Kabuddhan kanggo kabecikane kabeh jalma urip. Kabeh tumindak yen didhasari dening kecarepan ini bakal nduweni kekuwatan karma sing luwih gedhe.

Nganti ing kene katrangan kanggo wedaran iki. Ing wedaran sabanjure kita bakal ngermbug asil utawa akibat-akibate karma.

\* \* \* \* \*





## ~\*~WEDARAN IV ~\*~

(21:00 – 23:30 WIB, 23 Februari 2013)

**O**ra gawe siya-siya pasamuwan apik iki kanthi contone sumarah marang ora nggatekake lan liya-liyane. Aja nganti pikiran panjenengan ora wening saengga ora bener-bener mangerteni apa sing wis diwedarake. Kita kabeh wis nggayuh kesempatan luhur ing urip kaya iki.

Lumantar wujud panguripan kaya mangkene iki, kita nduweni peluang supaya ngrantasi panandhange kabeh jalma lan nuntun sapa bae marang kabagjan. Kanggo nggayuh rong tujuwan iki, kita kudu nggayuh urutan Kabuddhan. Ya iku gunane panjenengan ana ing kene saiki, ing wedaran iki, kanggo ngrungokake ajaran Urat-urutan Dalam Tumuju Kawicaksanaan kanggo katelu wujud penggladhi.

[pambatinan kanggo nuwuhake kekeparepan]

Katrangan bab asil werna-wernaning dalam karma bisa kabagi menyang telung prekara:

1. Asil-asil sing mateng jangkep
2. Asil-asil sing padha karo jalarane



### 3. Asil-asil sing nentokake kahanan

#### Katrangan 1. Asil-asil sing mateng jangkep

Iki gumantung ana ing urutan katenanane karma. Karma ala sing banget alane bakal ngasilake klairan maneh ing alam nraka. Karma ala sedhengan bakal ngasilake akibat sing mateng jangkep ing wujud lair maneh ing alam setan kaliren. Karma ala sing paling entheng bakal ngasilake ing klairan maneh ing alam kewan.

Kita bisa mangerteni pambageyan telu prekara yaiku asil sing mateng jangkep, asil sing padha karo jalarane, lan asil sing nentokake kahanan adhedhasar karma sing ditindakake. Saben karma bisa disinaoni adhedhasar urutan wiwitan, tumindak iku dhewe lan urutab parampungan.

Urutan wiwitaning karma gegayutan karo asil sing mateng sajengkepe. Tumindake iku dhewe gegayutan karo asil sing padha karo jalarane. Urutan parampungan magepokan karo asil sing nentokake kahanan. Saka katelu prekara kasebut, sing luwih wigati yaiku asil sing mateng sajengkepe, amerga iki nuduhake marang klairan maneh utawa tumibal lair ing alam-alam ala, yaiku alam nraka, setan keluwen utawa kaliren lan kewan. Dadi, asil sing mateng sajengkepe nentokake wujud klairan maneh ing alam ala sarta skandha utawa agregat sing digayuh adhedhasar asil karmane.

Menawa kita jupuk conto tumindak ala bab mateni, tumindak iki dhewe dudu tumindak sing bakal nuwuhake utawa ngasilake asil sing ala. Nanging malah ing urutan wiwitane sing nentokake asile





sing mateng jangkep, yaiku tumimbal lair ing alam ala utawa sing nentokake wujud ing skandha sing digayuh ing tumimbal lair kasebut.

Ngrembug babagan wiwitan, kita ngrembu ing prekara dalaning karma sing kabagi menyang wiwitan, tumindake iku dhewe lan parampongane. Kanggo wiwitan (jorwa), bisa kabagi dadi dhasar, paneu sing ndayani tumindak, tumindake iku dhewe lan parampongane.

Katrangan 2. Asil sing cocok karo jalarane.

Kapan asil sing padha karo jalarane dumadi? Nalika sak bubare jalaran sing mateng jangkep iku uwoh, akibate yaiku tumimbal lair maneh menyang alam sing ala. Nalika sapa bae wis matu saka alam ala lan nggayuh tumimbal lair maneh ing alam sing luwih dhuwur, dheweke bakal ngrasakake asil sing cocok karo jalarane.

Ana rong wujud asil sing padha karo jalarane:

1. Pengalaman sing cocok karo jalarane
2. Tumindak sing cocok karo jalarane

Pengalaman sing cocok karo jalarane ing prekara mateni yaiku wong iku bakal cendhak umure utawa lara-laranen. Asil iki cukup gampang dimangerteni amarga nalika kita mateni iku nduweni maksud dene kita njupuk utawa ngilangake nyawane jalma urip. Ind tembung liyane, kita nyendhaki mangsa uripe jalma. Dadine. Asil sing cocok karo jalarane saka prekara pengalaman yaiku kita dhewe bakal ngrasakake umur sing cendhak.

Conto liyane gegayutan karo pengalaman sing cocok karo



jalarane ing prekara nyolong yaiku tuna ing dunya brana lan barang. Iki bisa kita mangerteni ing wong-wong sing sentyasa kurang utawa tuna dunya brana ora urus piye abote anggone dheweke ngupaya kanggo nggayuh barang-barang iku. Ing prekara tumindak saresmi sing kleru, asil sing cocok karo jalarane yaiku antuk bojo sing ora setya. Ana akeh banget jalarane lan prekara-prekara sing ngasilake congkrahe urip bebrayan, nanging dhasar sing luwih dhasar yaiku tumindak saresmi sing kleru sing wis ditindakake ing mangsa sadurune.

Asil sing cocok karo jalaran ing prekara ngapusi yaiku sapa bae bakal nampa kritikan utawa inawan. Kala-kala kita rumangsa ora nindakake kekleruwan nanging wong liya tetep bae aweh kritikan utawa malah ngina apa bae sing kita tindakake. Kena apa bisa mangkono? Iku amerga jalaran sing luwih dhasare yaiku tumindak ngapusi ing mangsa sadurunge.

Asil sing cocok karo jalaran kanggo prekara wicaran kang mecah belah yaiku pegatan saka kanca raket. Apa sing bakal panjenengan tindakake anggon nentokake apa sing panjenengan rasakake. Menawa kita mecah belah wong liya, kita dhewe bakal ngrasakake pegatan utawa pisahan karo kanca-kanca raket. Asil sing cocok karo jalaran wicaran kasar yaiku ngrungokake tembung-tembung sing ora kepenak dirungokake utawa swara-swara sing ora nyenengake.

Asil saka niat ala yaiku ora dianggep wong liya, maksude wong-wong ora bakal ngrungokake apa sing kita omongake. Wong-wong iku menahi kawigaten tumrap apa sing kita omongake. Asil saka kesrakahan yaiku kadarbenan sing kuwat. Asil saka niat ala



yaiku nesu utawa tumindak sing musuhan sing kuwat. Asil saka panemu kleru yaiku cubluking batin utawa petenging batin. Tambahan kanggo asil sing cocok karo jalaran kanggo kesrakahan yaiku kadarbenan sing nduweni maksud ora nate bener-bener krasa marem.

Piye karo asil sing cocok marang jalaran saka panemune tumindak? Menawa ana wong mateni, dheweke luwih seneng lan bungah yen nindakake rajapati. Tumindak liyane contone wong-wong sing nyenengi lan bungah yen nyolong, nindakake saresmi sing kleru, ngapusi, ngomong omongan sing mecah belah, omongan kasar lan sakpiturute.

Kanthi khusus kita bisa mriksani bocah-bocah cilik. Terkadang, tanpa alesan apa bae, bocah cilik bisa banget senenge anggone nindakake mateni kewan apa bae sing obah. Iki ketokane dumadi ngono bae, tanpa jalaran apa bae. Nanging sejatine ana alesan utawa jalaran sing kuwat sing ndayani tumindak iku, yaiku asil sing cocok karo jalaran ing prekara tumindak, yaiku pakulinan rajapati ing bocah cilik. Iki minangka asil mateni sing uwoh ing wujud pakulinan ing urip sing bakal kaleksanan.

Ana uga wong-wong sing kayane ora kuwat kagoda yen ora njupuk barange wong liya. Ing prekara iki disebut kleptomania. Saka panemune buddhis, iki asile saka karma sing nentokake tumindake wong kasebut. Dwija-dwija gedhe Kadam mbiyen ndhawuhake dene ing antarane rong wujud asil sing cocok karo jalarane, asil sing nentokake tumindak yaiku asil sing luwih ala lan luwih mbebayani. Asil sing ngasilake pengalaman sing ora nyenengake



utawa nandhang, sawise dirasakake, dheweke bakal musna utawa rampung. Nanging, asil sing nentokake tumindak sing njalari wong bakal ngripta pengalaman sing tansah ora nyenengake , sing mesthi bae luwih ala.

### Katrangan 3. Asil sing nentokake kahanan saidhening

Iki gegandhengan karo kahanan saidhening kaya apa kita dilairake, yaiku sumber daya lan kahanan saidhening. Kahanan saidhening minangka tumindak rajapati yaiku sapa bae sing lair ing panggonan sing ora ana panganan, ombenan lan jamu-jamuan, ora ana gizine utawa kasiate. Utawa bisa uga sapa bae lair ing panggonan sing nduweni panganan, ombenan lan jamu-jamuan sing becik nanging dheweke sacara pribadi panganan sing ora ana kasiate lan jamu-jamuan sing ora ana kasiate.

Kahanan saidhening sing diasilake dening tumindak nyolong yaiku sapa bae sing kalairake ing panggonan sing tetanduran lan woh-wohane ora nyukupi utawa ora ngasilake woh sing apik. Kahanan saidhening uga sering utawa kerep ngrasakake apa sing saiki disebut karo istilah “owahing mangsa”. Tuladhane mangsa ketiga sing dawa, mangsa rendheng sing dawa, asil tetanduran sing ora apik, kurang utawa keluwihan banyu lan sakpiturute. Kedadeyan-kedadeyan kaya mangkene iki kerep banget kedaden ing dunya iki. Iki amerga saka kerepe kedadeyan nyolong, ing tembung liyane akeh banget wong-wong sing nindakake karma ala nyolong.

Kahanan saidhening minangka asil saka karma ala tumindak saresmi sing kleru yaiku panggonan sing ora bersih, ora nyenengae,



—❦— WEDARAN IV —❦—

ambune ora arum, lan umume arupa kahanan saidhenging sing ora becik. Kahanan saidhenging sing ora becik kaya mangkono iku ing gilirane nuwuhake asil ora nyantosani, contone wong-wong sing rumangsa ora begja, sedhah, ora kepenak, lan sakpiturute.

Asil sing nemtokake kahanan saidhenging ing prekara ngapusi kaya tegalan utawa sawah sing ora menehi asil panen sing dikarepake ora preduli upaya-upaya sing wis ditindakake. Tuladhane ana tegalan utawa sawah sing ngasilake panen sing apik nanging banjur didol menyang wong liya. Ing tangane wong sing nuku mau, asil panene ora seapik asil panene sing duwe sadurunge. Ketokane iki prekara sing ora ana dhasare lan ora nduweni jalaran khusus, nanging sejatine jalaran sing dhasar gumantung ana ing karmane sing duwe karma ala ngapusi.

Kahanan saidhenging amerga omongan sing adu-adu yaiku bakal lair ing panggonan sing ora rata lan kangelan anggon nindakake lelungan. Conto, lemahe ora rata, ora mulus, dhekok-dhekok, rengat-rengat lan angel diliwati. Umume, asile saka omongan sing adu-adu yaiku rasa wedi utawa ora tentrem anggone ngayahi lelungan ing kahanan saidhenging utawa papan panggonan.

Kahanan saidhenging amerga omongan kasar yaiku bakal lair ing panggonan utawa papan sing ora nyenengake, sing nduweni akeh reribed utawa alangan. Tuladhane, lair ing papan panggonan sing nduweni alangan, akeh watune, akeh papan sing rusak utawa ala, kurange banyu lan sakpiturute. Klebu uga papan panggonan sing akeh erine



Kahaman saidhening amerga saka omongan sing ora ana gunane utawa omong kothong yaiku lair ing papan panggonan sing wit-witane ora ngasilake woh-wohan utawa uwoh ing mangsa sing kleru. Bisa uga ngasilake uwoh sing ora apik, contone uwoh sing katon apik lan mateng saka njabane nanging sejatine durung mateng. Wite uga ora duwe pang sing kuwat saengga gampang banget rubuh yen diterak angin.

Kahaman saidhening amerga kesrakahan yaiku papan panggonan sing sakabehing sumber daya lan sakabehing prekara-prekara sing becik katon ala. Apa-apa sing maune ana dadi kurang lan sansaya musna. Arya Nagarjuna awew katrangan bab kahaman saidhening kaya mangkene iki minangka papan panggonan sing ora bisa ngayahi kekeparepan-kekeparepane wong iku mau.

Kahaman saidhening amerga niat ala yaiku lair ing papan panggonan sing nduweni akeh pageblug penyakit utawa lair ing papan panggonan sing lagya perang, kaya perang sedulur lan sakpiturute. Klebu uga lair ing papan panggonan sing ana kewan galak kaya singa, macan lan werna-wernaning wujud kewan galak liyane.

Kahaman saidhening amerga panemu sing kleru yaiku lair ing papan panggonan sing sumber dayaning lan tetandurane musna ilang. Sumber daya ing kene contone mineral, asil tambang, banyu. Klebu uga wong-wong sing nduweni potensi gedhe lan migunani uga ilang, mati utawa lunga amerga sawerna-wernane alesan. Kahaman saidhening amerga panemu sing kleru iki uga umume ngalami owah gingsiring panemu. Apa-apa sing dianggep minangka prekara



sing becik. Apa-apa sing ora becik dianggep prekara becik. Apa-apa sing arupa panandhang dianggep minangka kabagian utawa prekara sing nyenengake. Dadi, umume wis kedadeyan beda jarwa ing panemune wong-wong sing ana ing papan panggonan kasebut.

Kaya mangkene katrangan kanggo asil-asile dalam karma ireng. Saiki kita bakal ngembug asil-asle dalam karma putih. Dhasare ya padha bae, yaiku asil sing mateng kanthi jangkep, asil sing cocok karo jalarane, lan asil sing nemtokake kahanan saidhenging. Ing seratan Anggitan Agung ana katrangan rinci lan jangkep babagan dalam karma putih. Aja dibayangke dalam karma putih dumadi nalika ana wong sing ngepasi ora mateni. Wong sing ngepasi ora mateni iku dudu nduweni maksud dene dheweke wis nggladhi dalam karma putih ngedohi rajapati.

Apa sing dimaksud karo nggladhi dalam karma putih? Iki artine mbatin utung rugine lan alane tumindak mateni, nyolong, tumindak saresmi sing kleru lan nuwuhake niat kanggo ngedohi kamurkan kasebut. Ya iki kekarepan sing kudu ana ing panggladhen dalam karma putih. Tumindak ing dalam karma putih yaiku mepes hawa nepsu saka kamurkan utawa ngupaya ngedohi kamurkan utawa tumindak ala. Nalika sapa bae kasil ngedohi, ing kono papan panggonane paramprungane.

Ayo kita gatekake marang conto rajapati. Dalam karma putih ngedohi rajapati diwiwiti nalika kita mbatin karugian-karugiane ngilang nyawane jalma liya. Kita wiwiti kanthi mbayangke sapa bae sing bakal dipateni, yaiku jalma sing ana nyawane, padha



karo panjenengan dhewe,. Jalma iku dhasare pengen begja lan ora kepengin nandhang. Kanggo jalma urip kaya kita iki, sing luwih aji yaiku nyawa utawa urip. Menawa kita ngilangi nyawane jalma, ora ana cara sing luwih ala kanggo nuwuhake panandhang kanggone. Kanthi cara kaya mangkene iki, kita bisa nuwuhake sipat welas asih lan rasa mesakake sing tiba ing panemu dene kita ora pengen nuwuhake panandhang kaya mangkono iku marang sapa bae. Saka kono nganti ing panemu dene kita bakal ngedohi tumindak rajapati.

Pambatinan tumrap karugian rajapati uga bisa dibatin saka prekara dhiri pribadi. Dalan karma rajapati sing jangkep bakal ngasilake telu wujud asil, yaiku asil sing mateng jangkep, asil sing cocok karo jalaran, lan asil sing nemtokake kahanan saidhenging. Ing asil wiwitan yaiku asil sing mateng jangkep, kita bakal tumibal lair ing alam ala. Iki kanggo prekara rajapati sing endi bae, apa iku mateni tanpa alesan utawa mateni minangka tumindak kanggo penggaweyan. Apa bae alesane, asile bakal padha, yaiku ceblok ing alam ala.

Sawise klairan ing alam ala rampung dilakoni, kita bakal ngrasakake sing cocok karo jalaran. Nalika kita wis rampung ngelakoni alam ala lan alir ing alam luhur, kita bakal nduweni umur cendhak. Kita uga bakal nggayuh asil ing wujud tumindak, yaiku seneng mateni. Amerga luwih seneng mateni iki, kita bakal balik maneh nindakake karma ala sing padha. Kanthi cara kaya mangkene iki kita bisa gatekake dene asile mateni iku banget alane lan angel banget ngrantasine.





Sing kaping telu, asil sing nemtokake kahanan saidhenging sing ngasilake lita lair ing papan panggonan sing tetandurane, jamu-jamune ora ana kasiyate lan ora migunani. Kanthi cara kaya mangkene iki, kita mbatin asil ala lan asil sing ora nyenengake tumindak mateni ing dhiri pribadi. Asil iki durung klebu ngalangi kita kanggo nggayuh kamardhikan lan sakpiturute, sing wis mesthi bener anane.

Dadine, kanthi mbatin karugian lan asil sing ora nyenengake tumindak mateni kita bisa:

1. Nggiyarake welas asih marang sakabehing jalma
2. Nggiyarake welas asih marang dhiri pribadi sarta nuwuhake tekad sing kuwat kanggo ngedohi rajapati sarta banget anggone ngupaya kanggo ngedohine.

Menawa iku kabeh bisa kasil ditindakake, banjur kita wis bisa nggladhi dalan karma putih lan ngedohi rajapati. Iki minangka katrangan kanggo dalan karma putih ngedohi rajapati, nanging dhasar sing padha bisa ditindakake kanggo sakabehing dalan karma putih diwiwiti saka nyolong lan sakpiturute.

Kita bisa nindakake papat prekara ing dalan karma putih, yaiku:

1. Dhasar
2. Penemu sing ndayani tumindak
3. Tumindak iku dhewe
4. Parampung

Contone bisa ditindakake ing prekara ngedohi rajapati. Dhasare yaiku jalma urip. Panemune yaiku mangerteni kekleruwan



utawa karugiane mateni, sarta kepinginan kanggo ngedohi rajapati. Tumindake yaiku nahan dhiri kanggo ora nindakake rajapati. Tumindake dhewe yaiku kasil ngedohi utawa nahan dhiri kanggo ora mateni.

Dhasar sing padha uga bisa ditindakake ing prekara ngedohi nyolong. Dhasare yaiku barange wong liya. Dhasar kanggo ngedohi tumindak saresmi sing kleru yaiku wong iku ora bisa mardhika ngejak utawa ora entuk dijak saresmi. Niyat sing ndayani tumindake yaiku kepinginan kanggo ngedohi nyolong, tumindak saresmi sing kleru, lan sak piturute. Bakal luwih becik banget menawa kita nindakake papat prekara iki ing sakabehing dalam karma putih kanthi jangkep. Aku pitaya dene panjenengan kabeh sing ana ing kene nduweni kabisan kanggo nindakake.

Asil-asil ing dalam karma putih uga bisa kabagi telu, yaiku asil sing mateng jangkep, asil sing cocok karo jalaran, lan ail sing nemtokake kahanan saidhenging. Asil sing mateng jangkep ing dalam karma putih menawa digagas saka kekuwatan karmane bakal ngasilake klairan kaya mangkene. Karma putih sing luwih entheng ngasilake tumibal lair ing alaming manungsa. Sing sedhengan ngasilake tumibal lair ing alaming dewa nepsu kepinginan. Karma putih kuwat bakal ngasilake tumibal lair maneh ing loro alam dewa sing luhur.

Asil sing cocok karo jalaran kanggo dalam karma putih ing prekara ngedohi rajapati yaiku bakal nduweni umur dawa, sehat, bebas saka penyakit lan sakpiturute. Tumindak sing diasilake dening tumindak ngedohi rajapati yaiku sapa bae sing wis biyasa lan seneng



ngrewat jalma urip, sacara alami seneng nglindhungi jalma urip, sing kaya-kaya ora nduweni jalaran babar blas. Nanging ana wong-wong sing sacara alami ngupaya nglindhungi jalma urip, seneng nindakake lan sacara alami ngedohi tumindak ngilangake nyawane jalma liya.

Kahanan saidhenging papan panggonan kanggo wong sing ngedohi nyolong yaiku papan panggonan sing panganan, ombenan lan jamu-jamuan sing migunani lan ana kasiyate. Kejaba iku, panganan lan jamu-jamuan iku uga cocok kanggo wong kasebut sacara pribadi. Dheweke gampang nyerna panganan tanpa ngirasakake reribed lan sakpiturute.

Minangka kesimpulan, Je Rinpoche ing Anggitan Agung methik Dasa-bhumika-sutra sing nyebutake dene sapa bae sing wis ngembangake sepuluh dalan karma becik iki lumantar rasa wedi marang cakraning kahanan lan tanpa welas asih agung, nanging nggagas tembung-tembunging wong liya, bakal nggayuh asil urutan Sravaka. Ana jalma-jalma sing ora nduweni welas asih agung utawa uga nggantungake marang jalma liya lan nduweni kepinginan kanggo nggayuh Kabuddhan kanggo dhiri pribadi. Nalika sapa bae sing wis nggladhi sepuluh dalan tumindak becik lumantar panemu jalaran-asil sing padha gegayutan, bakal nggayuh urutan Pratyekabuddha.

Nalika sapa bae sing nduweni sipat sing amba gayuhane, ngembangake sepuluh tumindak becik iki lumantar welas asih agung, cara sing prigel, donga luhur, ora ninggalake jalma urip ing kahanan apa bae, lan musatake kawigaten marang kawicaksanane Buddha sing amba banget lan jero banget, bakal nggayuh urutan Boddhisattwa lan sakabehing panyampurna. Kanthi daya



kekuwatan sregep nggladhi tumindak-tumindak iki ing saben wektu, bakal nggayuh sakabehing kualitasing Buddha.

Prekara iki dipungkasi kanthi tembung panutup sing ditulis dening Je Rinpoche:

“Kaya mangkene, aku wis njlentrehake loro piranti dalan tumindak uga asil-asile. Aku wis aweh katrangan kabeh bageyan sing ora cetha ing kitab-kitab liyane, gegayutan karo jarwa sing dimaksud ing Yoga-carya-bhumi lan Viniscaya-samgrahani”.

Amerga anggitan-anggitan liyane ora patiya sacetha rong anggitan iki.

Sabanjure kita lumebu ing prekara “Wedaran Urut-Urutan Karma Liyane”, sing kabagi dadi loro:

1. Beda antarane karma panguncal lan karma panjangkep
2. Karma sing asile mesthi utawa sing bisa bae bakal panjenengan rasakak

[ngaso sauntara]

Ing prekara karma, yaiku ing prekara “Oyoting sakabehing kabagjan: nuwuhake kapitayan marang hukum karma lan asile”. Iki kabagi menyang loro, yaiku:

1. Wedaran semedi
2. Wedaran ing antarane mangsa-mangsa semedi

Wedaran semedi kacacah saka: 1. Pambuka; 2. Semedi sing sejati; 3. Panutup. Pambuka digagas marang Nem Panggladhi



--❀-- WEDARAN IV --❀--

Pambuka sing wis digladhi mau isuk. Nem Panggladhi Pambuka uga bisa kabagi maneh menyang urutan, antarane mberseni lan nyiapake papan semedi. Prekara iki wis ditindakake nalika ing wedaran retreat kaya mangkene, panjenengan kabeh mberseni papan sarta pamujan ing kene. Gladhi bersih-bersih yaiku panggladhi wiwitan ing Nem Panggladhi Pambuka sing ditindakake nalika panjenengan kabeh mberseni papan iki saben dina.

Sabanjure, Nem Panggladhi Pambuka klebu ngundang tegalan kabecikan. Tumrap tegalan kabecikan iki kita nindakake kabeh panggladhen, panyucen lan cawisan bantala utawa mandala. Banjur kita asung panyuwunan marang tegalan kabecikan. Sadurunge asung panyuwunan, kita ngundang sapa bae kanggo teka lan nyawiji karo dwija kebatinan sing lungguh ing mustaka kita. Tegalan kabecikan lan dwija kebatinan nyawiji lan ngejawantah dadi Buddha Sakyamuni ing mustaka kita. Marang pawongan mangkene iki, yaiku dwija kebatinan sing awujud Buddha Sakyamuni sing lungguh ing mustaka, kita asung panyuwunan. Panyuwunan iki sentyasa dicocokake karo prekara sing disemedikake. Ing prekara iki, kita asung panyuwunan kanggo nyemedikake karma lan asil-asile.

Kita mbatin kanthi cara kaya mangkene: dhasare kena apa kita iki lan kabeh jalma nganti seprene isih tansah muter-muter ing alam samsara lan durung mardhika saka kuwi yaiku amerga ora kasile kita anggon mangerteni hukum karma lan asil-asile sarta ngembangake kapitayan sing kuwat marang kaweruh iku. Kita lan kabeh jalma isih durung mandheg nindakake karma ala lan durung nggladhi karma putih. Asile, kita isih tansah muter ing alam samsara utawa alam panandhang.



Sawise pambatinan kasebut, kita asung panyuwunan marang dwija kebatinan sing ana ing dhuwur mustaka kanggo sing kaping pisan ngilangake sakabehing reridu utawa alangan lan banjur nuwuhake kabeh kahanan-kahanan sing nguntungake kanggo nggayuh asil sing dikarepake. Pitung menit kanggo nindakake kawigaten iki, yaiku nggatekake kasucen lan nggatekake berkah. Kanggo panjenengan sing wis ngerti carane semedi, tamtu bisa nindakake. Kanggo sing anyar, aja kuwatir amerga panjenengan tetep bisa semedi. Carane, pilih siji prekara katrangan sing wis dijilntrehake wingi, contone ing prekara kapesthen kama. Utawa, bisa uga panjenengan nyemedeni prekara liyane, contone nggatekake marang katrangan Lamrim utawa uga maca seratan sing njilntrehake prekara tartamtu. Menawa iku isih krasa angel utawa kangelan, panjenengan bisa tetep ngupaya supaya bisa anteng lan santai. Ora prelu krasa rangu-rangu apa maneh kaku yen rumangsa isih durung bisa nindakake semedi iki. Kanggo semedi iki, kita bakal asung panyuwunan dhisik, tanpa nggatekake cahya lan nektar.

[Semedi 7 menit]

Saiki kita bakal nyemedikake kawigaten kasucen kanthi mbayangke cahya lan nektar minangka wangsuln saka panyuwunan sing kita asungake marang dwija kebatinan ing wujud Buddha ing mustaka kita. Dheweke ngabulake panyuwunan kanthi nyunarake cahya lan nektar sing mili sing nelesi badan jasad kita. Cahya lan nektar pancawarna iki ngebaki badan jasad uga sakabehing jalma sing ana saidhenging kita. Cahya lan nektar iki bener-bener ngebaki badan jasad lan batin kita lan ing wektu sing cepet utawa ujug-ujug



—❦— WEDARAN IV —❦—

nyucekake sakabehing reridu utawa alangan lan karma ala sing wis diklumpukake wiwit wektu sing ora ana wiwitane. Asile yaiku badan jasad kita kaya-kaya ora katon lan kaya adus cahya.

[Semedi 5 menit]

Sabanjure sepisan maneh kita mbayangake cahya lan nektar pancawarna mili saka dwija kebatinan yang awujud Guru Munendra Wajradhara sing lungguh ing mustaka kita. Cahya lan nektar iki maringi berkah kanggo badan jasad, wicaran lan batine Dheweke sarta sakabehing kahanane dwija marang Urut-Urutan Tumuju Kawicaksanaan kanggo Katelu Wujud Penggladhi. Cahya lan nektar mili nelesi kita lan sakabehing jalma, maringi kita saengga nggayuh kahanan wujud sing padha karo Guru Munendra Wajradhara.

[Semedi 3 menit]

Saiki kita mlebu ing semedi sing sejatoi, yaiku ngembangake kapitayan kuwat mrang hukum karma lan asil-asile, sing minangka oyoting saka sakabehing wujud kabecikan lan kabagjan. Babagan iki kabagi menyang telung prekara:

- 1) Mbatin prekara-prekara umum saka karma lan asil-asile
- 2) Mbatin prekara-prekara khusus saka karma lan asil-asile
- 3) Sawise mbatinake, piye carane ngedohi tumindak ala lan nggladhi kabecikan

Prekara wiwitan kabagi loro:

- 1) Pambatinan sing sejati marang prekara-prekara umum saka karma lan asil-asile
- 2) Mbatin werna-wernaning wujud karma sacara kapisah



Prekara wiwitan, yaiku pambatinan sing sejati marang prekara-prekara umum karma lan asil-asile kacacah dadi papat bageyan:

- 1) Pepesthene karma
- 2) Tumangkare karma sing cepet banget
- 3) Kita ora bakal ngrasakake asil saka karma sing durung nate kita tindakake
- 4) Karma sing wis ditindakake ora bakal ilang ngono bae

Semedi sing sejati ing prekara pepesthen karma ditindakake kaya sing wis dijlentrehake sadurunge. Sing wiwitan, tuwuhake lan batinen apa sing saiki panjenengan rasakake. Bisa arupa rasa sing nyenengake, ora nyenengake, utawa netral. Apa bae sing dirasakake, cobanen dilandhepi lan dicethani rasa-rasa kasebut. Batinen dene apa bae sing rasa sing didhepi, iku dudu sing dumadi sacara ujug-ujug, nanging minangka asile karma sing wis ditindakake.

Menawa rumangsa nyenengake, lire yaiku asil utawa akibat saka karma becik sing wis ditindakake ing mangsa kepungkur. Menawa rumangsa ora nyenengake, ora marem lan nandhang, iku minangka asile karma-karma ala sing wis ditindakake. Ora mungkin kedadeyan klerune antarane rasa lan asil sing njalari.

Dadi, nalika semedi pepesthen karma, kita bisa nindakake kanthi nglandhepi rasa apa bae sing lagya dirasakake ing semedi, apa iku rasa sing nyenengake, ora nyenengake, utawa uga netral. Eling maneh marang apa bae sing dibabarake Buddha, yaiku ora ketang prekara panandhang sing luwih cilik sing rasakake Arahata iku asile saka karma ala ing mangsa kapungkur. Semono uga, semilir





—❦— WEDARAN IV —❦—

angin seger sauntara sing dirasakake jalma sing lair ing alam nraka minangka wohing karma sing nate ditindakake. Iku sebabe karma asipat mesthi lan kita tuwuhake kapitayan dene rasa begja utawa nyenengake pancen saka karma becik lan rasa sing ora nyenengake saka karma ala. Mokal kedaden kosok baline. Prekara sing mokal utawa ora bakal kedaden kanggo karma ala sing ngasilake kabagjan lan karma becik ngasilake panandhang. Dadi, kita bakal mbatin pepesthene karma kanthi cara kaya mangkene ini saweneh menit.

[Semedi]

Sawise mbatin pepesthene karma, sabanjure kita nuwuhake kapitayan marang tumangkare karma sing cepet banget. Karma bakal ngrembaka lan tumangkar. Nalika diripta, karma bakal tansah ngrembaka lan ngasilake asil sing luwih gedhe senajan diwiwiti kanthi jalaran sing cilik. Padha kaya winih sing cilik bisa ngasilake tanduran sing gedhe ing kedadeyan njaba, nanging tumangkare kedadeyan njero, yaiku tumangkare karma, luwih gedhe lan cepet. Senajan sapa bae mung nindakake karma ala sing cilik, yen karma ala iki ora disucekake, wusanane sesuke karma iku wis ngrembaka. Lan ing dina sawise maneh, karma sing wis ngrembaka iku mau bakal ngrembaka kuwih gedhe maneh, ngono sateruse. Dadi, saka karma sing katon cilik, nanging bebarengan karo wektu, saka taun menyang taun, karmane wis tumangkar sansaya gedhe.

Karma ala uga karma becik, nalika wis ditindakake, karma iku bakal tumangkar. Amerga kita wis muter-muter ing alam samsara utawa alam panandhang wiwit wektu sing ora ana wiwitane, karma-



karma ala kasebut menawa ora disucekake utawa dinetralake, dheweke bakal terus ngrembaka lan tumangkar. Mula saka iku, kita kudu nduweni tekad kanggo nindakake karma ala sing luwih cilik apa bae lan yen wis nindakake, karma ala iku ora entuk diselaki ngono bae nanging malah kudu digoleki pangusadane. Batinen lan semediya marang prekara iki 4 menit.

[Meditasi]

Sabanjure, kita mbatinake dene dudu mung karma iku mesthi lan tumangkar cepet, nanging kita ora bisa ngrasakake asile saka karma sing ora kita tindakake. Kejaba saka iku, karma sing wis diripta uga ora bakal ngrasakake asile. Lan menawa kita wis nindakake karma, kejaba ana prekara-prekara sing bisa ndayani, karma iku bakal tetep ana nganti teka mangsane kanggo karma kasebut uwoh lan menahi asil. Rong sipat karma sing pungkasan iki cukup cetha lan gampang banget dimangerteni. Kita bakal njupuk wektu sauntara kanggo mbatinake.

[Semedi]

Sabanjure, kita bakal mbatin werna-wernaning wujud karma sacara kapisah. Ana loro pambageyan, yaiku: 1) Wedaran inti, 2) asil-asile. Kita kudu mangerteni dene urutan sepuluh dalam karma iku sepuluh tumindak sing luwih wigati, karma ireng utawa karma putih padha bae. Sing antarane tumindak badan jasad, wicaran lan batin. Wigati banget kanggone kita kanggo ngedohi dalam karma ireng badan jasad, wicaran lan batin, yaiku nindakake sila ngedohi kamurkan — minangka intine ajaran Buddha. Menawa kita rumangsa



--❀-- WEDARAN IV --❀--

pengrasuk Buddha, banjur kita kudu nindakake sila iki. Menawa ana sing muni dene dheweke iku penggladhi Mahayana. Nanging ora nindakake sila iki wis mesthi dheweke iku dudu penggladhi Mahayana sing sejati. Iku kekleruwan sing banget alane yen nganti ngapusi kabeh jalma kanthi memba-memba dadi penggladhi mahayana nanging ora nindakake Sila ngedohi dalam karma ireng.

Sabanjure kita nindakake semedi dalam karma ireng, yaiku wedaran bab perangane dalam karma ireng lan warna-wernaning asile sing tenanan. Kita bakal nyinaoni urutan-urutanane, diwiwiti saka dhasar, panemu sing ndayani tumindak, tumindake iku dhewe lan parampongane. Ing wedaran iki kita ora nduweni wektu kanggo nindakake semedi, nanging panjenengan kabeh sakmesthine nindakake dhewe. Ing mangsa ngaso mengko, panjenengan bisa njupuk wektu lan nindakake semedi iki. Dadi, ana papat prekara kanggo sepuluh dalam karma ireng. Kanthi mbatinake, panjenengan bakal sansaya mangerteni dalam dalaning karma ireng sarta nuwuhake panemu utawa pangerten sing kuwat kanggo ngedohine. Asile saka pambatinan kaya iki bakal migunani banget.

\* \* \* \* \*



*KCI / Vivi Siskayanti*



## ~\*~WEDARAN V~\*~

(15:30 – 18:00 WIB Akad, 24 Februari 2013)

**G**uru Atisha ngendika “Urip iki cendhak, nanging prekara sing disinaoni akeh banget. Kita ora weruh pira suwene wektu sing kasisa. Kayadene banyak sing misahake susu saka banyu, gayuhen tujuwan-tujuwan utama sing luwih wigati”.

Dadi, pancen bener urip iku cendhak banget. Ing antarane panjenengan, ana sing ana ing urutan wiwitan uripe, ana sing wis mlebu menyang tengah, lan ana uga sing wis ing urutan pungkasaning urip. Ing urutan endi bae kahanan panjenengan saiki, umume urip iki ya cendhak. Ing bab liya, prekara-prekara sing kudu disinaoni lan ditindakake ora bakal rampung-rampung. Durung rampung anggone kita nyinaoni siji prekara, wis tuwuh maneh prekara liyane. Durung rampung anggon kita nindakake siji prekara, wis teka pakaryan liyane. Dadi, sejatine ora ana watesan gegayutan marang apa sing mesthi disinaoni lan ditindakake. Mokal kita bisa nindakake sakabehing prekara.

Kita uga ora ngerti sepira akehe wektu sing kasisa ing urip iki. Dadi, mesthi bae kita ora bisa nguber sakabehing pangarep-arepan lan tujuwan ora bakal ana pungkasane. Kaya banyak sing



mung nggatekake marang apa sing migunani lan wigati ing baris mburi pethikan ing dhuwur, kita uga kudu nggatekake kawigaten kanggo nggayuh tujuwan-tujuwan sing luwih wigati — sing klebu ora mung ing urip iki nanging uga ing urip-urip sing bakal digayuh mula saka iku muga ana gunane.

Tembung sing dienggo ing basa Tibet kanggo “tujuwan” kanthi tulisan nduweni jarwa tumindak utawa pakaryan. Nalika disebutake dene kita kudu nggayuh tujuwan-tujuwan utama kang wigati, Guru Atisha ora nuduhake marang tujuwan sawetara, nanging marang tujuwan sing luwih luhur. Lire, kita ora nguber tujuwan-tujuwan ing urip saiki bae, nanging marang tujuwan-tujuwan sing luwih amba lan adoh, yaiku kabagjan sejati lan mandheging panandhang, dudu mung kabagjan sauntara.

Guru Athisa ngutus kita supaya nggayuh kabagjan tetep sing ana jarwane, dudu kabagjan sauntara sing mung ngrantasi panandhang sauntara bae. Guru Athisa ngutus kita supaya ngrantasi panandhang kanthi ana jarwane. Iki minangka sipat khusus ing ajaran Buddha. Tandha khase ajaran Buddha yaiku ngutamakake prekara batin, yaiku ngembangake batin, nambahi kualitas-kualitas becik lan mbuwang tumindak-tumindak ala sing minangka cara kanggo nggayuh kabagjan lan ngrantasi panandhang.

Panemu lan cara mikir kaya mangkene iki minangka tandhane ajaran Buddha. Vasubandhu ngendika: “Saka karma, tuwuh akeh dunya. Dudu mung dunya, nanging tuwuh uga akeh jalma urip”. Chandrakirti ngendika, “Saka batin kita, tuwuh dunya iki uga



dunya-dunya liyane. Ana dunya sing kahanane becik, ana sing ala. Ing dunya-dunya kasebut, akeh jalma urip sing antuk pengalaman-pengalaman beda-beda”. Ringkese, sakabehing dunya kita asale saka karma sing diripta dening jalma-jalma urip. Nalika disebutake dene “kabeh dunya asale saka karma” ini nuduhake marang batin yaiku karma minangka prekara niat.

Ing rembugan utawa wedaran bab karma, kerep banget sapa bae nganggèp dene karma iku prekara sing sipate kahanan umum, sing kanggo wong akeh. Nanging sejatine ora kaya mangkono. Sejatine, karma iku prekara sing pribadi banget. Saben wong nggawa karmane dhewe-dhewe.

Saiki, antarane panandhang lan kabagjan, kita luwih kerep ngrasakake kabagjan tinimbang panandhang amarga kita kalairake ing alam sing becik. Kita bisa kalairake ing alam sing becik amarga karma kita dhewe. Pitakonane, apa sing bakal dumadi ing klairan ing mangsa sing bakal kaleksanan? Iku gumantung ing karma sing kita asilake ing urip iki. Dadi, karma-karma sing kira klumpukake ing urip iki bakal nemtokake kita bakal tumibal lair ing alam becik utawa alam ala.

Balik ing kahanan sing begja lan sengsara. Menawa kita ngalami prekara sing nyenengake, iku mesthi prekara sing becik. Nanging, menawa kita ngrasakake panandhang, iki minangka prekara sing bisa kita upaya, tinimbang ora digape ngono bae. Paling ora kita isih bisa ngentengake panandhang yen durung bisa ngrantasi sakabehe, yaiku kanthi cara ngowahi tumindak kita dhewe. Gumantung ing prekara sing kita dhepi, kita



tetep bisa njupuk surasa utawa pasinaonan saka rasa sing ora nyenengake. Mulane, kita bisa ngenthengake rasa sing nyengsarakake kasebut kanthi nindakake tumindak panemu lan cara mikir tartamtu kanggo ngedhepine.

Menawa kita ngedhepi prekara kanthi nuwuhake panandhange batin kayadene bimbang rangu-rangu lan sawernane, iki bakal sansaya nggawe alane kahanan. Ing tembung liyane, nambahi bijine prekara dadi tumangkar kaping pindho. Liyane, ana wong-wong sing ngedhepi prekara kanthi cara sing beda-beda. Nalika wong sing ngrasuk Buddha ngedhepi prekara, dheweke bakal ngupaya nganggo kahanan kasebut kanggo mbatin.

Dheweke bisa mbatin dene kahanan sing didhepi iku ora kedaden ngono bae tapna jalaran. Alangan lan reribed sing didhepi iku minangka asile saka karma sing ditindakake ing mangsa kepungkur. Tuladhane, ana wong sing nandhang lara. Dheweke bisa nampa dene lara sing dirasakake minangka asile saka karma utawa tumindak sing wis ditindakake dhewe. Ana uga sing bisa mikir luwih adoh, yaiku dheweke nggunakake kesempatan kasebut kanggo mangerteni wong liya. Kanthi ngrasakake lan mangerteni sengsaraning awake dhewe, dheweke uga bisa ngrasakake dene wong liya nyatane uga sengsara, malah, sering banget panandhang sing dirasakake wong liya luwih ala.

Nalika sapa bae wis bisa luwih mangerteni sengsaraning wong liya, dheweke banjur bisa nuwuhake rasa welas asih. Cara kaya mangkene iki sing luwih migunani dheweke kanggo ngedhepi kahanan sing angel amerga nandhang lara, tinimbang malah gawe alaning kahanan kanthi





rumangsa bingung, rangu-rangu, wedi lan sakpitutute. Mbatin kanthi cara sing lagi bae diwedarake, sapa bae malah bisa nggayuh prekara sing luwih migunani, ora malah nambah panandhang.

Nalika sapa bae lagya nandhang lara kaya kanker, dheweke bisa mbatin dene dudu awake dhewe bae sing ngedhepi prekara kaya mangkono iku. Contone, ing negara iki uga [Perancis], pira cacahé wong sing lagya nandhang lara sing kaya mangkono? Durung maneh ing saidhenging Eropa utawa malah uga sak dunya. Ana akeh banget wong sing ana ing kahanan sengsara sing kaya mangkono. Mula saka iku, dheweke bisa sansaya mangerteni panandhange sing dirasakake wong liya.

Mula saka iku, dheweke bisa nuwuhake kepinginan supaya panandhange wong liya bisa mari. Dheweke uga bisa nuwuhake niat kanggo njupuk tanggung-jawab pribadi ing gegayutane ngrantasi panandhange liyan. Yen wis ngono, sing lagya nandhang wis minger kawigatene.

Buddha ngajarake dene kita ora bisa mikirake rong prekara sing beda ing wektu sing padha, nalika kita lagya mikirake liyan, ing wektu iku uga kita ora bisa mikirake awake dhewe. Dadine, kanthi mikirake sengsaraning liyan, kita ora patiya mikirake panandhange pribadi. Lire kaya mangkene dene panandhang kita bisa dielongi utawa dikurangi.

Karma-karma ala sing ngasilake panandhang iku sejatine nduweni jalaran, yaiku prekara-prekara batin sing ngribadi utawa klesha. Ana akeh wujudé klesha iku, nanging oyoting saka kabeh



klesha yaiku cubluking batin sing nyengerem ananing jati dhiri sing ngadeg dhewe. Dadi, menawa kita arep asung dedonga, banjur donga sing paling mandi yaiku nuwuhake pangarep supaya sakabehing panandhang uga asil-asile (karma lan klesha), lan ing antaraning jalarane nuduhake marang jalaran oyot arupa gegeman marang jati dhiri, supaya bisa ngendheg utawa ngilangake saka batine sakabehing jalma. Donga sing tulus lan tenanan bisa ngurangi panandhang kaya sing wis diwedarake.

Kita kudu bisa nampa asil sing diasilake dening karma sing kita tindakake dhewe ing mangsa kepungkur. Menawa kita selak marang kahanan lan mikir, “Iki minangka panandhang sing ala banget, Kena apa kok bisa kedadeyan menyang aku?” mesthi ora bakal migunani malah sansaya ndadekake alaning kahanan. Panjenengan kudu bener-bener bisa nampa dene iku minangka karma sing wis panjenengan tindakake dhewe ing mangsa kepungkur. Nampa iku amerga ora bisa nampa kasunyatan.

Nalika kita wis ngrasakake panandhang, pasthekake dene kita ora ngripta jalaran maneh, kanthi cara ngedohi anggapan sing bisa nuwuhake karma ala maneh. Kejaba iku, kita uga kudu ngati-ati supaya ra ngripta utawa mbaleni karma ala sing padha, sing bisa ngasilake panandhang sing padha ing mangsa sawise.

Sakabehing pengalaman sing kita gayuh utawa rasakake iku minangka asile saka karma sing kita ripta dhewe. Kabeh katrangan lan wedaran sing dak wenehake minangka cara-cara kanggo ngedhepi pengalaman utawa kahanan sing ora nyenengake. Wigati



banget kanggo panjenengan supaya nindakake cara-cara kasebut kanggo ngurangi panandhang sing miangka asile saka karma ala sing ditindakake dening awake dhewe. Saka wedaran sing wis diwenenake, kita bisa nemokake cara kanggo ngedhepi prekara-prekara ing urip iki.

Urut-urutane yaiku wiwitane nampa apa bae sing panjenengan rasakake minangka asile karma, sing kaping loro yaiku aja nggatekake marang karibedane dhiri pribadi, nanging luwih becik menawa panjenengan mbuka dhiri lan ngelingi dene wong liya uga ngrasakake panandhang sing padha. Kerep banget panandhange liyan luwih ala, contone wong sing lara nemen kaya nandhang kanker.

Wewaler sing wis diwedarake bisa ditindakake ing kahanan apa bae, apa iku ing pakaryan, gegayutan karo wong liya, lagya kangelan duit. Apa bae sipat dhasare prekara sing didhepi, cara sing wis dijlentrehake ing dhuwur bisa digunakake kanggo ngedhepine.

Prekara wigati sing arep jlentrehake ing kene yaiku kita kudu bisa nampa karma kita dhewe, iku ora nduweni maksud dene kita nyelaki anane tumindak prekara-prekara njaba nanging biyasane sing kita tindakake iku kosok baline. Kita luwih nganggep apa bae sing kedaden marang kita iki diasilake dening kahanan njaba. Mulane kita luwih nggolek apa lan sapa sing bisa disalahke. Malah ana sing nyalahake kasengsaran sing kedaden marang dheweke marang ilmu ireng lan guna-guna. Kayane saben wong duwe barang sing bisa disalahke kanggo saben prekara sing kedaden marang dheweke.

Sejatine, senjata pancen ana prekara-prekara njaba sing ndayani panandhang, nanging iku kabeh ora bisa ndadekake sapa bae yen



dheweke ora nduweni karma kanggo ndadekake. Dadi, jalaran utama saka sakabehing kahanan lan kasengsaran yaiku karma kita dhewe.

Kejaba saka iku, yen misale kita wis ngupaya kanggo nyucekake nanging banjur isih ngripta karma ala sing padha, urutan iki ora bakal mandheg. Asile, kita mung bakal kajebak ing bunderaning urutan panyucen lan kumpulane karma ala sing tanpa wates. Lire, kita tetep bae nindakake lan mbaleni karma ala sing padha. Dadi, kejaba panyucen, kita uga kudu nahan dhiri supaya ora nindakake karma ala sing bakal ngasilake panandhang sing bakal ana maneh ing mangsa sabanjure, kaya panandhang sing lagya panjenengan rasakake saiki.

Ringkese, ana telu prekara wigati ing ngedhepi reribeding urip. Sing wiwitan yaiku nampa dene iku kabeh minangka asile karma sing kita tindakake dhewe, sing kaping pindho yaiku panyucen karma ala lan sing kaping telu yaiku nahan dhiri supaya ora mbaleni ala sing padha. Kejaba iku, kita uga bisa nambahi prekara mangerteni lan meruhi karibedan sing lagya dirasakake wong liya lan ngrsakakake kahanan lan rasa ribed sing padha karo kita.

Kita bisa nggatekake kawigaten marang panandhange wong liya lan ndedonga supaya kahanan sing ribed sing dirasakake wong liya bisa owah. Kita ndedonga supaya wong liya ora prelu maneh nandhang lan supaya jalaran-jalarane panandhang sing dirasakake bisa musna. Jalaran panandhange yaiku karma lan jalaran karma yaiku klesha. Kita ndedonga supaya klesha sakabehing jalma bisa



musna lan sacara khusus klesha oyot arupa genggeman marang ananing dhiri sing ngadeg dhewe bisa dimusnahake. Menawa panjenengan nganti bisa ing pamikiran kaya ngene iki, tamtu iki minangka prekara sing baecik banget. Panjenengan malah nduweni niat njupuk tanggung-jawab pribadi, kanggo ngilangake panandhange kabeh jalma. Iku minangka pamikiran sing ngedap-edapi banget. Menawa ing kahanane panjenengan dhewe sing lagya nrasakake karibedan, panandhang, lara nemen lan sak piturute, nanging panjenengan banjur bisa nuwuhake pamikiran sing ngedap-edapi kaya mangkono, tamtu kahanan sing angel iku ngasilake prekara sing ora ana regane. Malah saka kahanan sing sengsara kaya mangkono iku, kita bisa nuwuhake pamikiran sing migunani banget.

Panchen Lama Losang Choekyi Gyaltsen ing seratan “Guru Puja” (Lama Coepa) ngendika dene kita kudune mikir kanthi cara kaya mangkene iki:

“Senajan sak ndunya lan kabeh jalma sing ana ing jerone  
Kebak karo woh saka utang karmane  
Uga sakabehing panandhang sing ora dikarepake  
Ceblok kaya udan,  
Aku nyuwun berkah saka Panjenengan supaya bisa nyawang  
panandhang iki  
Minangka dalan  
Kanthi cara nyawange minangka jalaran sing ngilangake asil-  
asile  
Karma ala ku dhewe”.

Lire pethikan ing dhuwur yaiku ndadekake kahanan sing



ala dadi dalam kebatinan. Ayo lita gatekake baris pungkasan saka pethikan Guru Atisha, yaiku ngupadi kanggo nggayuh tujuwan-tujuwan utama sing wigati, yaiku tujuwan utama sing nggawa kabagjan. Sing ket mau diwedarake yaiku kepiye kita nindakake lan nggladhi batin yaiku nggadhi kanthi wewaler. Ing antaraning kabeh wewaler, kita wis manggihi wewaler sing becik, yaiku Urut-Urutaning Dalan Tumuju Kawicaksanaan kanggo katelu wujuding penggladhi.

Kanggo nggladhi batin kaya Urut-Urutan Dalan Tumuju Kawicaksanaan, kita kudu nampa lan ngrungokake wewaler kanthi niat sing becik. Kanggo panjenengan sing budhhis, niyate yaiku ngrantasi panandhange kabeh jalma kanthi cara nggayuh Kabuddhan. Dadi, panjenengan ngrungokake ajaran Lamrim kanthi tujuwan kanggo nggayuh Kabuddhan kanggo kabagjaning sagung dumadi. Kanggo sing dudu buddhia, panjenengan isih tetep bisa nuwuhake kekarepan kanggo sabisa bisa mbiyantu utawa nulung sak akeh-akehing wong liya kanthi cara ngembangake kabisan panjenengan. Kanthi niat kaya mangkono iku panjenengan ngrungokake ajaran Lamrim iki. Aku asung panyuwunan marang panjenengan kabeh supaya nuwuhake kekarepan kanthi tenanan lan tulus, dudu mung pamikiran sing cendhak.

Kanggo menahi wedaran Lamrim, ana papat urutan utama, yaiku:

- 1) Wedaran kualitas-kualitas luhur dwija kebatinan kanggo nuduhake murnine sumbering ajaran (Lamrim).
- 2) Wedaran kualitas-kualitas agung ajaran (Lamrim) iku dhewe kanggo nuwuhake rasa urmat marang wewaler - wewaler.



- 3) Kepingane carane ngrungokake lan ngajarake ajaran kanthi sakloron kualitas ing dhuwur.
- 4) Kepingane kita para siswa diwarahi karo ajaran Lamrim sing sejati.

Bab kapapat kabagi dadi loro, yaiku:

- 1) Kepingane carane nggatekake marang dwija kenatinnan kita, oyoting sang dalam
- 2) Kanthi nggatekake marang Dheweke, kepingane urut-urutane ngembangake batin kita

Prekara kaloro maneh bisa dijlentrehake menyang telu, yaiku:

- 1) Nggladhi batin marang urut-urutan dalam sing ditindakake bebarengan karo jalma-jalma kanthi urutan kekarepan wiwitan
- 2) Nggladhi batin marang urut-urutan dalam sing ditindakake bebarengan karo jalma-jalma kanthi urutan kekarepan sedhengan
- 3) Nggladhi batin marang urut-urutan dalam sing ditindakake bebarengan karo jalma-jalma kanthi urutan kekarepan luhur

Dalam sing digladhi bebarengan karo jalma-jalma sing nduweni urutan kekarepan wiwitan nduweni loro bageyan:

- 1) Ngembangake tumindak sing minangka jalaran tumrap klairan-klairan kita maneh ing mangsa sabanjure
- 2) Nggatekake cara kanggo mujudake kabagian ing klairan-klairan maneh ing mangsa sabanjure



Rong prekara ing dhuwur bisa dijlentrehake manyang loro bageyan:

- 1) Nggladhi njupuk perlindungan, gapura utama kanggo ngrasuk Dharma
- 2) Ngembangake kapitayan marang hukum karma lan asil-asile, oyot sakabehing kabagjan.

Rong prekara ing dhuwur isih bisa dijlentrehake maneh ing telung cara:

- 1) Mbatin prekara-prekara umum saka karma lan asil-asile
- 2) Mbatin prekara-prekara khusus saka karma lan asil-asile
- 3) Sarampunge mbatin, kepiye carane ngedohi tumindak ala lan nggladhi kabecikan.

Prekara wiwitan ing dhuwur kabagi dadi loro:

- 1) Pambatinan sing sejati marang prekara-prekara umum saka karma lan asil-asile
- 2) Mbatin werna-wernaning wujud karma kanthi dhewe-dhewe.

Pambatinan sing sejati marang prekara-prekara umum karma kacacah saka:

- 1) Pepesthening karma
- 2) Tumangkare karma sing cepet banget
- 3) Kita ora bakal ngrasakake asile saka karma sing durung nate kita tindakake
- 4) Karma sing wis ditindakake ora bakal ilang ngono bae.





Kanggo mantinake werna-wernaning wujud karma kanthi dhewe-dhewe, sing kaping pisanan kita nyawang sepuluh dalam karma sing luwih wigati banget, banjur bisa nemtokake asil-asile karmane. Sing wiwitan, kita mengerteni wigatine dalam karma. Ana telung lawang kanggo kita kanggo nglumpukake karma yaiku lumantar badan jasad, wicaran lan batin. Ora kabeh tumindak badan jasad, wicaran lan batin bisa klebu menyang urutaning dalam karma, mung sing luwih wigati bae sing bisa mlebu ing sepuluh dalam karma ireng lan sepuluh dalam karma putih.

Prekara kaloro iki, yaiku mbatinake werna-wernaning wujud karma kanthi kapisah, bisa dijlentrehake menyang telu bageyan:

- 1) Mbatinake karma ireng lan asil-asile
- 2) Mbatinake karma putih lan asil-asile
- 3) Njlentrehake karma sing ampuh banget kanthi ringkes

Prekara wiwitan dijlentrehake ing telung cara:

- 1) Dalan-dalan karma ireng sing sejati
- 2) Bedane ing bab abote
- 3) Njletrehake asil-asile

Cara sing padha uga dijlentrehake kanggo dalan karma putih.

[ngaso sedhela]

Cara nindakake semedi marang prekara iki padha karo prekara liyane, yaiku semedi “Karma lan asil-asile” kabagi menyang:

- 1) Piye carane tumindak nalika wedaran semedi
- 2) Piye carane tumindak nalika ing antarane wedaran semedi



Wedaran semedi kabagi dadi telu: 1) Pambuka, 2) Semedi sing sejati, 3) panggladhi panutup. Mau isuk kita wis nindakake pambuka, yaiku Nem Panggladhi Wiwitan nganti urutan ngundang lan ngleburake tegalan kabecikan ing sandhuwure mustaka. Tegalan kabecikan nyawiji marang dwija kebatinan sing kita semedikake. Kalorone nyawiji lan ngejawantah marang wujud Guru Munendra Wajradhara, yaiku dwija kebatinan kita ing wujud sing wis nyawiji karo Buddha Sakyamuni sing ing jantung atine ana Wajradhara. Kita wis nganti ing urutan iki.

Saiki wis ana tegalan kabecikan ing mustaka kita. Kita bakal miwiti kanthi mbatin: “Dhiri lan sakabehing jalma isih tansah muter ing alam samsara wiwit wektu sing ora ana wiwitane. Kena apa mangkono? Ana akeh alesane, nanging sing utama yaiku amerga aku durung bisa nuwuhake kapitayan sing kuwat marang hukum karma lan asil-asile. Aku durung bener-bener mengerteni hukum karma lan asil-asile. Asile, aku terus-terusan ngripta karma sing njalarake aku muter-muter ing alam panandhang.

Saiki wektune kanggo owah, kanggo kabecikane dhiri pribadi lan kabeh jalma. Wis wektune kita mangerteni kanthi jangkep lan tumindak kaya sing wis dimangerteni. Kita kudu nahan dhiri lan ngedohi karma ireng lan nggladhi kabecikan. Tuwuhake kapitayan sing kuwat marang prekara iki lan asung panyuwunan marang dwija kebatinan supaya dheweke mberkahi kita kanthi cara mbersekake reribed lan alangan umume lan sacara khusus alangan lan reribed sing ngalangi kasunyataning prekara iki. Kita nyenyuwun supaya kahanan-kahanan sing nguntungake bisa dimijilake supaya sigra nggayuh kasunyatan.



[Semedi 5 menit]

Sabanjure, minangka wangsulana marang panyuwunan kita, dwija kebatinan sing awujud Guru Munendra Wajradhara nyunarake cahya lan nektar pancawarna sing ngrasuk bun-bunane mustaka lan mili nelesi badan jasad kita lan kabeh jalma. Cahya lan nektar kasebut mberseni badan jasad lan batin, njaba lan jero. Sakabehing kualitas lan panggayuhan dwija kebatinan ngrasuk ing badan jasad lan batin kita.

Sing wiwitan, bayangke cahya lan nektar sing warna putih kanggo nyucekake. Ing wektu sing cepet, cahya lan nektar iki nyucekake sakabehing karma ala lan reribed, sakabehing klesha uga tilas-tilase, uga sakabehing karma ala. Kita uga mardhika saka sakabehing wujud panandhang lan prekara. Lir papan sing peteng pirang-pirang abad suwene, nanging yen ana wong sing ngrasuk papan kasebut lan madhang karo lampu, papan iku banjur padhang lan pepeteng sigra musna. Minangka gantine badan jasad kita dadi wening lan kaya adus cahya, semono uga marang sakabehing jalma. Menawa ana wong sing lagya ngedhepi prekara sing abot, kaya nandhang lara, utawa uga reribed liyane, kita bisa nggatekake marang wong-wong iku. Sacara khusus kita mbayangake dene sengsarane wong-wong iku ilang musna. Dadi, sing wiwitan kita nindakake mbayangake kasucen kanggo nyingkirake kahanan-kahanan sing ora migunani.

Bakal luwih becik menawa kita bisa nggandheng sakabehing jalma anggone kita mbayangake. Sacara khusus kita bisa mikirake



wong-wong sing saiki lagya nandhang lara utawa sekarat, klebu uga sapa bae sing ana ing alam antarane, yaiku mangsa nalika siji panguripan rampung lan sadurunge diwiwitine panguripan anyar. Biyasane jalma-jalma sing kalairake ing alam nraka bakal ngrasakake keweden. Kita bisa nyoba mikirake kahanan angel sing dirasakake jalma-jalma kasebut. Gatekake kawigaten marang sapa bae lan bayangke sakabehing kaweden diilangake lan jalma-jalma iku nggayuh katentreman lan kasantosan.

[Semedi 5 menit]

Saiki, sepisan maneh kita bakal asung panyuwunan marang dwija kebatinan supaya kahanan-kahanan sing nguntungake bisa diwenehake marang kira uga marang sakabehing jalma.

[Semedi 5 menit]

Kantheni mangkono kita wis ngrampungake urutan Pambuka. Saiki kita mlebu ing semedi sing sejati kantheni njupuk tuladha dalan karma mateni. Ana maneka warna urutan sing nusun pamikiran sing ndayani tumindak. Sing kaping pisan yaiku mangerteni sing arep dipateni. Ana papat prekara ing urutan iki lan urut-urutaning mangertenine kudu pas supaya dalan karmane jangkep. Sing kaping loro yaiku klesha sing ndayani dumadine tumindak, bisa salah siji saka katelu racuning batin. Sing kaping telune yaiku tumindake iku dhewe, bisa karo nyuduk, nembak, ngracun lan karo ilmu ireng.

Tumindak mateni sing ora ditindakake karo tangane dhewe nanging ngongkon wong liya nindakake nduweni asil sing padha.



Tumindak mateni didayani dening kekarepan sadurunge nindakake, yaiku niat mateni. Niyat iki uga wis klebu karma. Nalika rajapati ditindakake, ing jeroning batine sing arep mateni ana prekara batin niat mateni, yaiku sacara khusus nuduhake marang prekara batin niat nalika dheweke bener-bener lagya nindakake rajapati. Nanging, iki isih durung klebu dalan karma ireng sing jangkep sadurunge tumindak parampungane yaiku sing arep dipateni mati luwih dhisik tinimbang sing mateni. Menawa sing mateni mati dhisik, dalan karmane ora jangkep.

Parampungane kudu arupa sing mateni urip lan sing arep dipateni iku mati. Ora preduli apa sing arep dipateni iku nampa paruwatan lan sak piturute, nalika dheweke mati minangka asil saka tumindak mateni, sing mateni nglumpukake dalan karma sing jangkep. Kita bakal njupuk wektu sepuluh menit kanggo nindakake semedi iki. Tindakake kanthi ngati-ati lan alon-alon, batinen kanthi bener-bener. Menawa panjenengan bisa ngeling-eling sakabehing apa sing mesthi dibatin bakal luwih becik. Nanging menawa ora katuran maca seratan panjenengan.

Aja lali dene tumindak rajapati iku karma ala sing banget alane amerga njupuk utawa ngilangake barang sing nduweni rega lan aji kanggo jalma urip. Uga, niat ala sing tuwuh ing batine sing mateni bakal ndadekake tumindake sansaya ala uga. Limang menit wiwitan bisa kagunakake kanggo semedi sacara khusus marang tumindak rajapati sing wis panjenengan tindakake. Banjur, panjenengan bisa mbatinake pepesthene karma, sing lire panjenengan kudu ngrasakake asil saka tumindak kasebut. Tuwuhake rasa getun



sing jero banget amerga wis nindakake tumidak kasebut amerga mangerteni asile sing ana ing njerone.

[Meditasi 10 menit]

Pambatinan uga bisa ditindakake kanthi dhasar pethikan ringkes saka Layang Marang Kawan anggitané Arya Nagarjuna sing nyebutake: "Kalima wujuding tumindak becik lan ora becik, sing tuwuh saka kanekadan, pangentha-entha lan ora anane panawa, lan dhasar-dhasar kabecikan sing dhasar banget, ing antaraning sakabehing tumindak iku, ngupayaa kanggo ngembangake kabecikan". Karma utawa tumindak sing tansah ditindakake, kanthi kekuwatan sing kuwat banget, sing ora ana panawane, ditindakake marang wong-wong sing nduweni kualitas becik utawa uga sing nuduhake kabecikan marang panjenengan, minangka karma sing ngandhut kekuwatan sing luwih gedhe.

Prekara wiwitané yaiku saka babagan sing nampa, iku prekara sing cukup cetha, tuladhane panampa sing nduweni kualitas becik, nanging dudu sembarang kualitas becik. Sabanjure, ditilik saka sipat dhasar dalan karmane, ana dalan karma sing kanthi alami luwih ala utawa becik. Pitung dalan karma sing wiwitan, yaiku telu badan jasad lan papat wicara, urutan sadurunge luwih abot tinimbang sawise. Dene kanggo karma batin urutane kuwalik, yaiku sing wiwitan luwih entheng lan sing pungkasan luwih abot. Dadi, iku minangka bedane kekuwatan karma adhedhasar sipat dhasar tumindake.

Sabanjure, kita uga mbatin bedane kekuwatan karma adhedhasar patang prekara, yaiku 1) Sing nampa, 2) Sing



nyengkuyung, 3) Sing dadi tujuwan, lan 4) Tumindak. Kekuwatan gegayutan karo sing nampane yaiku tumindak-tumindak sing katujukake marang Triratna, para dwija, iku kabeh sing nduweni guna kaya guru, wong tuwa lan sak piturute. Kekuwatan karma uga ditentokake saka sing nampa menawa dheweke nduweni kaweruh utawa ora. Kawruh ing kene contone bab hukum karma lan asile, kepiye carane nyucekake karma ala lan sak piturute.

Pawongan sing wicaksana lan nduweni kaweruh iku pawongan sing yen wis nindakake karma ala dheweke bisa mangerteni lan nindakake panawa kanggo nyucekake kekleruwan kasebut. Mulane, sing disebut wong sing ora wicaksana lan ora nduweni kawruh iku wong-wong sing ora weruh lan ora mangerteni nalika dheweke wis nindakake kekleruwan. Mula iku, dheweke uga ora nindakake panyucenan saengga karma alane uga sansaya abot. Menawa wong-wong sing ora nduweni kaweruh kaya mangkene iki malah katon enggak utawa sombong lan ora meruhi panggonan kekleruwane blas, ora nyucekake karma ala, ora mangerti hukum karma lan asil-asile, karma ala sing diklumpukake dadi luwi abot.

Kekuwatane karma uga gumantung marang apa pawongan iku nduweni trapsila apa ora. Yen ora duwe sila, karmane luwih entheng. Sansaya akeh sila sing digegem, sansaya abot lan kuwat kekuwatan karmane. Gegayutan tumindak sing ora becik, sansaya akeh sila sing digegem, sansaya abot uga kereping karma alane.

Gomchen Lamrim ngendika:

“Wong-wong sing nduweni sila luwih wegig ing panggladhi



dalan iki tinimbang karo sapa bae sing ora nduweni sila. Tinimbang tumindak ala sing tansah ditindakake pirang-pirang atusan taun dening wong sing urip bebrayan sing nindakake sakabehing dalam karma ora becik, luwih abot kekleruwan sing ditindakake dening wiku sing trapsilane mudhun lan nganggo tandha-tandha sandhangan kuninge kanggo nampa cawisan saka sapa bae sing kebak kapitayan mung sedina bae”. [Gomchen Lamrim, sesulihan Basa Inggris, kaca 29].

Ing seratan Anggitan Agung Urut-Urutaning Dalam Tumuju Kawicaksanaan katulis akeh pethikan saka maneka warnaning sumber saengga cukup njlimet. Minangka prekara sejene. Ana apike menawa kita ndhsarake Gomchen Lamrim kaya sing lagya bae ditindakake.

Karma ala sing ditindakake marang Dharma utawa ajaran ngandhut asil sing banget alane. Dwija Minulya Drom-ton-pa nyebutake dene “tinimbang karo kekleruwan sing magepokan karo ajaran, angkara murkaning sepuluh dalam karma ora ana apa-apane”. Dadi, kekleruwan sing gegayutan karo Dharma utawa ajaran banget wigatine saengga menawa dibandingake dalam karma ireng ora ana apa-apane.

Karma ala sing gegayutan karo contone mbeda-mbedakake antarane ajaran sing siji lan ajaran sijine, tuladhane muni yen mung siji ajaran sing paling becik lan ajaran liyane iku ala. Semono uga menawa ana wong sing mung muja-puja ajaran Mahayana lan muni yen ajaran Hinayana ora ana gunane utawa ora ana apa-





apane. Kanthi tanggepan-tanggepan kaya mangkono iku, utawa panyelakan apa bae tumrap ajaran dharma, minangka kekleruwan sing ala banget lan kudu didohi.

Ajaran agama utawa kapitayan apa bae mesthi nduweni gunane dhewe-dhewe. Mula saka iku kita kudu ngormati. Pandhega saben ajaran agama mesthi nduweni kekarepan kanggo nindakake apa bae utawa prekara-prekara sing migunani nalika nggagas utawa ngusung ajaran utawa panemu. Ana ajaran-ajaran agama sing tumangkar amba saengga bisa ndadekake derdah ing papan panggonan, nanging ana uga agama-agama sing kagolong cilik. Sing endi bae, saben ajaran sing aweh guna marang wong-wong kudune diormati. Ing prekara apa bae, ora sakmesthine ajaran-ajaran kasebut diremehke utawa diasorke.

Sabanjure, kanggo kekuwatan sing gegayutan karo tujuwane, katrangane yaiku ing antarane sakabehing cawisan, cawisan dharma utawa ajaran luwih nduweni rega tinimbang cawisan barang. Jetsun Milarepa ngendika, “Aku ora duwe apa-apa kanggo dicawisake. Aku nyenengake atine guruku kanthi nyawisake panggladhiku”. Kanggo prekara kaping papat, kekuwatan sing gegayutan karo tumindak, Gomchen Lamrim matur:

“Kabecikan sing ora bisa dipisahake saka pamikiran kanggo  
nggayuh kaweruh sejati,  
Ing prekara kekleruwan, angkara murka, niat ala lan sak  
piturute,  
Apa bae sing ditindakake kanthi panemu ala sing kuwat



kaya mangkono iku lan  
Ditindakake ing wetu sing suwe,  
Diwarahake dene iku minangka karma sing kuwat  
magepokan karo pamikiran”.

[Gomche Lamrim, sesulihan Basa Inggris, kaca. 30]

Sansaya akeh lan sansaya kuwat klesha sing ndayani  
tumindak, sansaya abot karmane. Nganti ana ing kene dhisik  
katrangan ing wedaran iki.

\* \* \* \* \*



## ~\*~WEDARAN VI~\*~

(21:00 – 23:30 WIB, Akad, 24 Februari 2013)

**A**lah sijining pambatinan kamulyan kalair minangka manungsa yaiku aji gedhe sing ana ing jerone ing itungan saben wektu, malah ing wektu sing cendhak banget. Menawa ing mangsa sing cendhak kita bisa nuwuhake pamikiran sing amba lan jero, kaya pamikiran kanggo ngrampungni panandhanging sakabehing jalma lan nuntun marang kabagjan, kabecikan apa bae sing ditindakake kanthi kekarepan kaya mangkono iku nuwuhake kabecikan sing padha karo cacahé sakabehing jalma. Amerga sakabehing jalma ora winates cacahé, kabecikan sing kaimpun uga ora winates.

Kanthi panemu kaya mangkono iku. Ing wedaran iki aku nyuwun panjenengan kabeh supaya nuwuhake pamikiran kanggo ngrampungni panandhange sakabehing jalma lan nuntun marang urutan kabagjan. Kanggo nggayuh rong tujuwan kasebut, kita perlu nggayuh Kabuddhan. Kanggu tujuwan iku panjenengan saiki ana ing kene kanggo ngrungokake, mbatin lan semedi bab ajaran Buddha mung kanggo kabagianing sakabehing jalma. Kanggo sing dudu buddhis, panjenengan isih bisa nuwuhake kekarepan kanggo ngembangake dhiri saengga bisa mbiyantu sak akeh-akehing jalma liya. Telung menit kanggo nuwuhake kekarepan kaya sing wis diwedarake.



[Semedi 3 menit]

Saiki kita mlebu ing katrangan asil-asiling dalan karma. Nalika semedi bab prekara iki, kita tetep nggatekake anggong mbayangake tegalan kabecikan ing dhuwuring mustaka. Kanggo mangerteni asil-asile saka karma mateni, menawa dalan karmane jangkep iku disebut karma sing rampung lan kaimpun. Sing nindakake karma iki mesthi bakal nampa asile, gegayutan karo dhasar pepesthene karma, kejaba dheweke nindakake prekara magepokan karo karmane, contone kanthi panggladhi pangakuan lan panyucen.

Mulane, kejaba kita nindakake urutan panyucen tumrap karmane, kita bakal nrasakake telu wujud asil:

- 1) Asil sing mateng sajangkepe
- 2) Asil sing cocok karo jalarane
- 3) Asil sing nemtokake kahanan saidhenge

Amerga karma sing kita rembug ing kene iku dalan karma sing jangkep, banjur karma sing ndhasari yaiku karma sing rampung lan kaimpun. Karma sing rampung lan kaimpun mesthi bakal ngasilake sakabehing telu asil. Menawa dalan karane ora jangkep, ora mesthi ngasilake telung asil sacara sakabehing, nanging mung siji utawa rong prekara asile karma.

Ing prekara dalan karma sing jangkep, yaiku karma sing rampung lan kaimpun, kita bakal ngrasakake telu asil. Sing sepisanan yaiku asil sing mateng sajangkepe, sing gumantung marang sepira abote utawa sepira tenane karmane. Dalan karma ireng sing jangkep bakal ngasilake asil sing luwih tenanan arupa tumibal lair ing alam



nraka, sabanjure ing alaming setan keluwen lan sing paling entheng ngasilake klairan ing alaming kewan. Dhasar iki kanggo sakabehing sepuluh dalam karma ireng sing jangkep gegayutan karo asil sing mateng sajangkepe.

Sing kaping pindhone yaiku asil sing gegayutan karo jalarane, sing kabagi dadi loro, yaiku pengalaman lan tumindak sig cocok utawa jodho karo jalarane. Tuladhane pengalaman amerga dalam karma jangkep mateni yaiku sarampunge nindakake asil sing mateng sajangkepe, menawa sapa bae kalairake ing alaming manungsa dheweke bakal cendhak umure. Iku mergane kita bisa meruhi anane wong-wong sing mati mudha, malah mati ing kandhutan biyunge, sing artine dheweke mung nduweni umur sing cendhak banget. Kejaba saka iku, tumindak sing digawa dening wong kaya mangkono iku nduweni kaluwihan seneng mateni. Contone bocah-bocah cilik sing seneng mateni. Tumindak kaya mangkono iku minangka asile sing gegayutan karo jalaran saka prekara tumindak.

Pawongan sing nindakake rajapati nduweni arti dene dheweke ora nggatekake panandhang sing dirasakake sing dipateni nalika dheweke njupuk nyawa. Sing dipateni ngrasakake panandhang lan kasengsaran sing ngasilake marang karma sing kaimpun dening sing mateni. Menawa ana wong sing nindakake rajapati sakkarepe dhewe iku pratandha dheweke nduweni tumindak sing mentingake awake dhewe, tumindak sing banget alane. Asil tembe saka tumindak rajapati yaiku bakal ngrasakake sak akeh-akehe sengsara lan duhkita, umure cendhak lan lara-laranen. Mung kanggo nuruti hawa nepsu lan kepinginan sauntara sing mung mentingake awake



dhewe, wong iku ing tembene kudu ngrasakake panandhang sing dawa banget.

Kejaba saka iku, tumindak sing digawa dening sapa bae sing nampa asil sing gegayutan karo jalarane ing dalan karma rajapati yaiku kekareman anggone mateni sing tansah dibolan-baleni maneh. Tumindak iki bisa uga katon ora patiya tenanan, nanging sejatine tumindak kaya mangkene iki ngasilake kaya buderan setan. Pawongan sing wis nate mateni bakal njalari dheweke luwih nduweni tumindak utawa kekarepan kanggo mateni maneh, lan dheweke bakal mbaleni maneh tumindake iku. Kanthi cara kaya ngono iku, dheweke bakal tansah ngripta karma-karma rajapati sing anyar maneh, sing mesthi bae bakal ngasilake panandhang kanggo dheweke. Dheweke uga sansaya nguwati winih-winih karma kepungkure, sing mesthi bae mbebayani banget.

Sing kaping telune, asil sing nemtokake kahanan saidhenging ing dalan karma jangkep rajapati yaiku kalairake ing panggonan sing panganan, ombenan, jamu-jamuan lan sak piturute, ora migunani, ora ana kasiyate, angel diulu lan sak piturute. Prekara iki dirasakake wong-wong sing nduweni karma mateni nanging ora ndayani wong liya sing manggon ing papan sing padha. Dadi, menawa ana papan panggonan sing di enggoni wong akeh, nanging wong sing ngandhut karma ala mateni sacara pribadi bakal nampa pengalaman panganan lan sak piturute sing ora migunani, ora ana kasiyate lan angel diulu.

Nalika panjenengan ngrasakake kahanan lagya ing pangruwatan husada lan sakwernane ora ngasilake asil tan jalaran



—❦—WEDARAN VI—❦—

kuwat blas, bakal banget migunani yen panjenengan mbiyantu wong liya sing lagya lara. Contone kanthi nyediakake paruwatan husada, ngopeni lan ngusada wong-wong iku. Tumindak kaya mangkono iki nduweni guna minangka panawa kanggo asil sing nemtokake kahanan saidhenging.

Jebule aku lali nggawa piranti kanggo nulung pangrungon, nanging isih bisa krungu.

Saiki kita bakal semedi bab asil saka mateni. Karo tetep nggatekake dwija kebatinan ing awujud Buddha ing dhuwur mustaka, batinen: “menawa aku wis ngripta sakakehe dalam karma jangkep mateni sing ngasilake karma-karma sing rampung lan kaimpun, aku mesthi bakal ngrasakake telu asil, yaiku asil sing mateng sajangkepe, asil sing gegayutan karo jalarane ing wujud pengalaman lan kaluwihan tumindak, sarta asil sing nemtokake kahanan saidhenging”. Kita kabeh wis nate ngripta karma-karma kasebut, mula saka iku kita kudu mbatinake werna-wernaning wujud asile.

[Semedi 5 manit]

Nalika mbatinake asil-asile karma, ana apike menawa kita nyemedikake sipate karma, yaiku pepesthene karma, tumangkare sing cepet, karma sing ora ditindakake ora bakal disarakake, lan yen diteindakake karma ora bakal ilang ngono bae. Kita kudu nyucekake karma kanthi panggladhi-panggladhi panyucenan lan kita prelu sigra nindakake saiki uga kanthi nindakake papat kekuwatan panawa. Yen bisa, eling-eling kabeh kekleruwan lan kamurkan sing nate ditindakake. Menawa ora bisa eling, nggonen panalaran kanthi



mbatinake dene mesthi kita wis nate nindakake kamurkan iki lan kekleruwan iku sarta ngakoni kabeh kekleruwan kasebut.

Sabanjure kita mbatinake dalam karma jangkep nyolong diwiwiti saka dhasare, panemu sing ndayani tumindak, tumindake dhewe lan parampongane. Kanggo mbatinake dalam karma nyolong iki kita ora njupuk wektu sak akeh dalam karma mateni, nanging aku bakal nyisihake wektu 3 menit kanggo pambatinan iki.

[Semedi 3 menit]

Sabanjure kita mlebu ing dalam karma ireng sing katelu lan iki gumantung ing sapa sing ana ing katrangan iki diwenehake amerga paribasan sing dienggo uga beda. Kanggo anggota kebatinan, dalam karma ireng sing kaping telune yaiku tumindak saresmi, dene kanggo umat padhatane disebut tumindak saresmi sing kleru. Amerga sacara umum panjenengan kabeh dudu anggota kebatinan, kita bakal ngrembugake kanthi sebutan tumindak saresmi sing kleru lan dijilentrehake ing papat urutan yaiku, dhasar, panemu sing ndayani yumindak, tumindake iku dhewe, lan parampongane.

Dhasare klebu uga bab sing ora pantes gegayutan karo wong, perangane badan, lan wektu. Wong sing ora pantes dijak saresmi contone biyunge dhewe, wong sing isih ing lindhungan wong liya, utawa sapa bae sing gegayutan karo wong liya. Perangane badan sing ora pantes klebu silit lan sak piturute. Panggonan sing ora pantes iku panggonan-panggonan sing ana stupane, guru, patung Buddha, akeh wong, lan panggonan sing ora rata utawa kasar. Wektu sing ora pantes klebu wektu mens, nalika lagya njaga sila sedina, lagya meteng lan sak piturute.





Panemu sing ndayani diwiwiti karo mangerteni dhasar kanthi bener, klesha-ne yaiku salah siji saka katelu racuning batin. Kekarepane yaiku niat kanggo nindakake saresmi sing kleru. Niyat kasebut banjur ndayani tumindak sing sejatine sing wis klebu ing urutaning ngrampungake lan ngimpun karma lan parampongane nalika loro pirantine saresmi gathuk. Kaya mangkono katrangan ing seratan Lamrim Agung, nanging Khunkyen Jamyang Shepa njlentrehake dene kudu ana kemareman sing dumadi supaya dalam karmane jangkep, lire kudu ana kemareman bab saresmi. Katrangan-katrangan seratan Tantra luwih rinci magepokan karo prekara iki lan dak sengguh pancen kudu ana prekara kemareman sing dumadi supaya dalam karmane jangkep. Dadi, dudu mung gathuke rong piranti saresmi. Kita bakal njupuk wetu telung menit kanggo mbatinake.

Ing wektu 3 menit kita bakal mbaleni maneh sakabehing saka papat prekara sing melu, diwiwiti saka dhasar, panemu sing ndayani tumindak, tumindake iku dhewe, lan parampongane. Nalika mbatinake bab iki, bakal luwih becik yen uga ngeling-eling mangsa-mangsa panjenengan nindakake kekleruwan iki amerga wektu iki minangka wektu sing luwih apik kanggo nindakake. Weruhana pambatinan panjenengan kanthi sak apik-apike amerga yen panjenengan mung nindakake sacara semu banjure pambatinane ora patiya nyokot lan rasane cemplang. Bakal luwih becik yen panjenengan nggandhengake karo pengalaman saben pribadine dhewe-dhewe amerga panjenengan mesthi wis nate nindakake karma ala sing kaya iki.



[Semedi 3 menit]

Sakabehing tujuwan kanggo semedi bab iki yaiku nalika panjenengan nindakake dalan karma ireng tumindak saresmi sing kleru, pastekake dene prekara-prekara sing ndadekake dalan karma sing jangkep ora diayahi, yaiku, diwiwiti saka dhasar, panemu sing ndayani tumindak, tumindake iku dhewe, nganti parampungan. Kanggo klesha, arang ana wong sing nindakake tumindak saresmi sing kleru kanthi didayani dening klesha kamurkan, rasa dhengki, utawa uga kacublukan batin. Kerep uga sing melu yaiku klesha kadarbenan.

Gegayutan klesha kadarbenan, nalika nespun kecareman wis tuwuh, panjenengan kudu ngupaya supaya batin ora dikendhalekake sakebake dening kadarbenan sing kuwat. Cobanen kanggo mriksa lan ngendhalekake nganti urutan tartamtu saengga klesha iki ora ngrembaka kabeh dadi saya kuwat lan mandhegani. Kanthi sentyasa mriksa lan mangerteni tuwuhe klesha ing jeroning batin kita supaya ora bablas nganti nindakake angkara murka utawa tumindak ala iku minangka prekara sing becik banget.

Sabanjure, kanggo papat dalan karma ireng wicaran dak sengguh ora patiya angel, wedarane wis cukup cetha. Kita bakal nindakake semedi bali nggatekake maneh kanggo kapapating dalan karma ireng wicaran 5 menit.

[Semedi 5 menit]

Saiki kita bakal nindakake telu dalan karma ireng batin lan mangerteni saben dhasar kanggo saben dalan karma batin. Dhasar



—❦❦—WEDARAN VI —❦❦—

kanggo kesrakahan yaiku barange wong liya, utawa sing ditepungi utawa dimangerteni minangka duweke wong liya. Klesha-ne yaiku salah siji saka katelu racuning mental. Kekarepane yaiku ndadekake barange wong liya minangka duweke dhewe. Tumindake yaiku kerepe kesrakahan sing wis luwih dhuwur tinimbang kekarepan wiwitane. Parampungane dumadi nalika ana kaputusan kanggo ndadekake barange liyan dadi duweke dhewe. Dhasar sing padha uga kanggo niat ala. Semono uga, ana patang prekara kanggo dalam kara kecublukan batin. Kita bakal nindakake pambatinan utawa semedi maneh bab katelu dalam karma batin iki. Weruhana saben prekara sing ana ing saben dalam kara sak apik-apike.

[Semedi 7 menit]

Minangka panutup kanggo semedi iki, pikirake dene panjenengan wis nampa berkat badan jasad, wicara lan batin saka Guru Munendra Wajradhara. Wusanane, bayangke dene kita wis nuwuhake kapitayan sing kuwat mrang hukum karma lan asil-asile. Gatekake marang pamikiran kaya mangkono telung menit.

[Semedi 3 menit, diterusake karo ngaso sauntara]

Kita wis mangerteni telung wujud asil ing dalam karma rajapati. Sabanjure kita bakal mangerteni asil-asil ing sisane sangang dalam karma ireng liyane. Asil sing mateng sajangkepe iku padha. Asil sing gegayutan karo jalaran kanggo nyolong yaiku sapa bae bakal ngrasakake kekurangan sumber daya, ing tembung liyane melarat. Kanggo tumindak saresmi sing kleru, asile yaiku nduweni gandhengan sing ora setya.



Asile ngapusi yaiku sentyasa diina dening wong liya. Asile saka wicaran sing adu-adu yaiku kapisah saka kanca raket. Asile saka omongan sing kasr yaiku kerep ngrungokake omongan utawa swara-swara sing ora nyenengake. Asile saka wicaran utawa omongan sing ora migunani yaiku wong-wong ora bakal ngrungokake utawa manut tembung-tembunge panjenengan.

Asile saka kesrakahan yaiku tuwuhe kadarbenan. Asile niat ala yaiku batin sing sentyasa dikebaki karo rasa dhengki lan kamurkan. Asile panemu sing kleru yaiku batin sing dikebaki kecublukan batin lan pangentha-entha.

Batinan apa bae sing lagi bae diwedarake kanthi alon-alon dan kebak ing pangati-ati amerga dheweke bisa menahi pangerten bab prekara-prekara sing dumadi ing urip kita. Kena apa kedadeyan tartamtu bisa dumadi lan minangka asil saka tumindak kaya apa.

Ana sethithik maneh sing bakal dak tambahake. Kita wis ndelok pamikiran ing sing ndayani tumindak, yaiku klesha sing dadi dhasaring salah siji saka katelu racuning batin. Kita uga wis nyawang dene ing antarane sakabehing klesha ana klesha oyot yaiku kecublukan wiwitan. Kecublukan wiwitan iki njupuk wujud gegeman ananing sari utawa aku sing ngadeg dhewe. Sakabehing dalam karma ireng ngandhut kacublukan batin wiwitan arupa gegeman marang dhiri utawa aku.

Wujuding kecublukan batin liyane yaiku ora weruh marang hukum karma lan asil-asile. Kanggo saben prekara sepuluh dalam karma ireng, kapan bae wong nindakake kekleruwan iki, ora



—❦—WEDARAN VI—❦—

weruhing marang hukum karma lan asil-asile wis ana ing batine, lan njalari dheweke tumindak kaya mangkono.

Nalika sapa bae nindakake rajapati, nalika iku dheweke ora mangerteni marang asile tumindake. Dheweke lali marang asil-asile sing bisa dirasakake amerga tumindak. Nalika iku batin dikebaki dening kahanan ora weruh marang hukum karma lan asil-asile. Menawa dheweke mangerteni asil-asile, ora bakal dheweke nindakake kekleruan kasebut. Iki dijletrehake gegayutan karoo tumindak rajapati nanging dhasar sing padha kanggo sakabehing dalam karma liyane.

Kita terusake karo wedaran dalam karma putih lan asil-asile. Sadurunge, ana pethikan saka Nagarjuna sing ngendika dene ing antarane sakabehing branane ajaran Buddha, sing paling aji yaiku ajaran bab tuwuhan sing padha gegayutan. Ing ajaran kasebut ana warna-werna urutan, saka sing kasar nganti sing alus. Sing klebu ajaran iki yaiku karma lan asil-asile, yaiku kepiya kabecikan ngasilake kabagjan lan kamurkan ngasilake panandhang. Saka sak urutan menyang urutan liyane, obah nganti menyang urutan sing paling alus, yaiku kasunyatan. Dadi, tuwuhan sing padha gegayutan sing ndhasari ing kene yaiku nduweni lir sing lagi bae disebutake.

Sejatine, iki minangka salah sijining ajaran Buddha sing apaling aji. Yaiku, ajaran bab hukum karma lan asil-asile. Dhasar-dhasaring karma minangka cara panemune dunya sing unggul.

Magepokan dalam karma putih, Je Rinpoche njupuk conto ngedohi rajapati ing seratan Lamrim Agung. Ana patang prekara



yaiku dhasar, panemu sing ndayani tumindak, tumindake iku dhewe lan parampungan. Dhasare yaiku jalma urip liyane. Pamikiran sing ndayani tumindake tuwuh sawise mangerteni dhasare lan ing kene ora ana klesha sing melu. Kosok baline, sing tuwuh yaiku pangerten bab asil-asil alane rajapati. Kekarepane yaiku niat kanggo ngedohi rajapati. Tumindake dhewe yaiku ngedohi rajapati. Parampungane yaiku kasil ngedohi tumindak rajapati. Sakklerapan katon dene ora ana bedane antarane tumindak karo parampungane. Parampungane dumadi nalika kita kasil nahan dhiri saka tumindak rajapati.

Je Rinpoche nyuwun kita supaya nindakake pambatinan sing padha tumrap pamikiran sing ndayani tumindak, yaiku mbatin kerugian-kerugian utawa asil-asil la saka rajapati sarta kekarepan kanggo ngedohine. Kita uga bisa mbatinake saka panemune sing arep dipateni. Jalma sing lagya ngedhepi rajapati tamtu ngrasakake rasa wedi lan panandhang amerga nyawane arep diilangi. Saka panemu minangka sing arep mateni, kerugian saka tumindak mateni iku kudu ngrasakake telung wujuding asil, yaiku asil sing mateng jangkep, asil sing gegayutan karo jalarane, lan asil sing nemtokake kahanan saidhenging.

Balik maneh menyang bedane antarane tumindak karo parampungane ing dalan karma putih sing becik. Ing prekara tumindake iku dhewe, sing ana lan ndayani yaiku prekara batin niat kanggo ngedohi rajapati. Dene ing tumindake dhewe klebu tumindak badan jasad ora mateni.



—❦—WEDARAN VI—❦—

Asil sing mateng jangkep ing dalan karma putih ngedohi rajapati ana telu, yaiku tumimbal lair maneh ing alaming manungsa, alaming dewa kamaloka, lan alaming dewa ding luwih luhur. Asil sing gegayutan karo jalarane ing wujud pengalaman yaiku bakal nduweni umur dawa lan tumindak sing ngedohi rajapati. Asil sing nemtokake kahanan saidhenging yaiku kalairake ing panggonan sing ana panganan, ombenan lan jamu-jamuan sing ana kasiyat lan gunane.

[Semedi 5 menit]

Sabanjure, kita nindakake semedi dalan karma putih ngedohi nyolong. Dhasare yaiku barange wong liya. Mangerti marang panemu sing ndayani tumindake uga padha karo pangertenan marang kerugiane nyolong kanggo awake dhewe lan wong liya. Kanthi njupuk barange wong liya, kita ngasilake panandhange liyan. Dene, kanggo awake dhewe, asile ana telu, yaiku asil sing mateng jangkep, asil sing gegayutan karo jalarane, asil sing nemtokake kahanan saidhenging. Kekarepan sing tuwuh yaiku niat ndedohi nyolong. Dhasar sing padha bisa ditindakake kanggo mbatin sakabehing sisa dalan karma putih liyane.

Ana siji prekara wigati sing kudu dimangerteni dene menawa ana wong sing ngepasi ora mateni dudu berarti dheweke wis nggaldhi dalan karma ngedohi rajapati. Kanggo nggladhi rajapati lan banjur nindakake. Ing tembung liyane nggladhi trapsila ngedohi rajapati uga nduweni tekad lan niat kanggo nindakake sila kasebut. Nalika wong nduweni lan njaga silane banjur ora mateni dheweke bisa disebut nggladhi dalan karma putih sing wiwitan, ngedohi rajapati.



Ora ana wektu khusus menawa wong pengin nuwuhake sila ngedohi rajapati utawa uga nggladhi sakabehing sepuluh dalam karma putih. Ora mesthi ditindakake ing wayah isuk amerga bisa dituwuhake kapan bae nalika panjenengan nduweni sethithik wektu. Carane yaiku mikir ngene, “Niyat ingsun kanggo ngedohi rajapati...” lan sak piturute.

Asile dalam karma putih sing wiwitan arupa asil sing mateng jangkep ing wujud tumibal lair ing alaming manungsa, alam dewa kamaloka, lan alaming dewa-dewa sing luwih luhur, menawa ora dibarengi kanthi kekarepan panyelakan samsara lan boddhicitta, dheweke ora ngupaya marang kamardhikan sejati. Menawa dalam karma putih ditindakake kanthi kekarepan boddhicitta, banjur asile sing mateng jangkep iku bakal nuntun marang panggayuhan Kabuddhan

Kita mlebu ing rembugan sabanjure, yaiku wujud-wujuding karma liyane. Kita ora bakal nduweni wektu ngrembug wedaran iki lan aku bakal mandheg nganti ing kene minangka pratndha becik. Ora prelu age-age ngrampungake rembugan. Bakal luwih becik yen kita nyinaoni kanthi becik lan alon-alon tinimbang cepet-cepet. Kita bisa ngrembugake ing wayah liyane.

Aku pitaya dene panjenengan kabeh ora bakal kekurangan rembugan kanggo disinaoni. Katrangan sing dak wenehaeke cukup kanggo sinau lan pambatinan nganti taun ngarep. Wis cukup akeh wedaran sing dak wenehake lan mesthine panjenengan ora kekurangan ajaran kanggo digladhi. Dak sengguh ajaran sing wis dak wedarake dudu mung cukup kanggo setaun mengarep, nanging





—❀—WEDARAN VI—❀—

loro ngantni telung taun mengarep. Megepokan karo penggladhian lan tumindake, aku nyuwun panjenengan kabeh supaya bener-bener ngupadi. Yen dibatin kanthi tenanan, wedaran iki kudune digladhi saumur urip. Dudu mung sak panguripan, ajaran iki bisa digladhi ing sak akehe panguripan.

Menawa panjenengan nindakake hukum karma lan asil-asile, tumindak sing digagas dening wong akeh sing wis adoh-adoh teka mrene iki pancen ana gunane. Aku uga ngregani kabeh sing ngrungokake saka panggonan-panggonan liya ing endi bae panjenengan. Aku duwe pangarep panjenengan kabeh ngupaya sabecik-becike kanggo nindakake semedi lan nindakake ajaran sing wis dirungokake amerga iku bakal migunani kanggo panjenengan dhewe. Kita uga ndedonga supaya sakabehing jalma urip sing ora kaetung cacahé iki bisa nggayuh lan numangkarake kabagjan lan kasantosan.

Sabanjure, aku nyuwun marang panjenengan kabeh supaya sentyasa eling dene urutane sinau iku migunani banget kapan bae panjenengan ngedhepi prekara ing urip iki, utawa uga ing urip endi bae. Ing sakabehing panguripan, sinau iku minangka kanca sing luwih becik ing ngedhepi sakabehing kahanan. Sinau ing kene nduweni lir mangerteni, mbatin lan semedi. Dudu mung sinau-sinaunan, nanging sinau sing tenanan, sing didhasari kekeperan sing becik. Aku nyuwun panjenengan kabeh supaya ngeling-eling prekara-prekara becik iki.

Ora lali aku maturake agunging panuwunan marang anggota Kadam Choeling ing Walanda amerga wis ngupayakake



kanggo nganakna adicara iki. Dak sengguh pasamuwan iki sansaya tumangkar saka taun menyang taun liyane. Aku seneng banget lan matur nuwun. Matur nuwun uga marang para panyulih. Tanpa panyulih apa sing bisa dak tindakake. Ing kene ana telung wong panyulih.

Sepisan maneh, sing luwih wigati yaiku sinau sing ditindakake kanthi kecarepan sing luhur. Tumindak sinau apa bae mesthine kudu didhasari dening kecarepan sing becik saengga tumidak iki dadi bageyan saka panggladhine panjenengan. Mulane, banjur panjenengan bisa nggayuh tujuwan-tujuwan sing dikarepake. Tumindak sinau sing becik minangka panggladhi paling becik kanggo Guru lan Buddha. Malah iki minangka cecawisan sing luwih becik banget sing mesthi bakal nyenengake ati.

Saiki kita bakal ngrapalake donga supaya ajaran Je Rinpoche bisa tansah tumangkar lan kasebar, yaiku donga ajudul “Losang Gyalten-ma”.

\* \* \* \* \*



Cathetan pangringkes:

*RETREAT BIEZENMORTEL ing Walanda sing dianakake saka tanggal 21 nganti 24 Februari 2013 kanthi judhul “Karma lan Asil-asile”. Wewaler-wewaler pambuka (Opening Speech) diaturake dening Inggang Minulya Dagpo Lama Rinpoche nalika tanggal 21 Februari 2013, nanging ora dibarengi lumantar giyaran webcast. Senajan ana reribeding panyambungan ing kono kene, sakabehing webcast sing cacahé ana nem wedarani umum bisa ditampa kanthi becik. Webcast dieloni ing Hall Center Bandung, Jl. Sederhana No. 83.*

\* \* \* \* \*



## MENGHORMATI BUKU DHARMA

Buddha Dharma adalah sumber sejati bagi kebahagiaan semua makhluk. Ia menunjukkan cara mempraktekkan dan memadukan ajaran ke dalam hidup Anda, sehingga Anda menemukan kebahagiaan yang diidamkan. Karena itu, benda apa pun yang berisi ajaran Dharma, nama guru Anda, atau wujud-wujud suci, jauh lebih berharga daripada benda materi apa pun dan harus diperlakukan dengan hormat. Agar terhindar dari karma tidak bertemu dengan Dharma di kehidupan yang akan datang, jangan letakkan buku Dharma (atau benda suci lainnya) di atas lantai atau ditimpa benda lain, melangkahi atau duduk di atasnya, atau menggunakannya untuk tujuan duniawi seperti menggantal meja yang goyah. Mereka seharusnya disimpan di tempat yang bersih, tinggi, dan terhindar dari tulisan-tulisan duniawi. Bungkuslah dengan kain ketika sedang dibawa keluar. Demikianlah sedikit saran bagaimana memperlakukan buku Dharma.

Jika Anda terpaksa membersihkan materi-materi Dharma, mereka tidak seharusnya dibuang begitu saja ke tong sampah, namun dibakar dengan perlakuan khusus. Singkatnya, jangan membakar materi-materi tersebut bersamaan dengan sampah-sampah lain, namun terpisah sendiri. Ketika terbakar, lafalkanlah mantra OM AH HUM. Ketika asapnya membubung naik, bayangkan ia memenuhi seluruh angkasa, membawa intisari Dharma kepada seluruh makhluk di dalam enam alam samsara, memurnikan batin mereka, mengurangi penderitaannya, dan membawa seluruh kebahagiaan bagi mereka hingga pencerahan. Sebagian orang mungkin merasa praktek ini tidak lazim, namun tata cara ini dijelaskan menurut tradisi buddhis. Terima kasih.



## DEDIKASI

Semoga kebajikan yang dihimpun dengan mempersiapkan, membaca, merenungkan dan membagikan buku ini tersebar kepada kebahagiaan semua makhluk. Semoga semua Guru Dharma berumur panjang dan sehat selalu. Semoga Dharma menyebar ke seluruh cakupan angkasa yang tak terbatas, dan semoga seluruh makhluk hidup segera mencapai Kebuddhaan.

Di alam, negara, wilayah atau tempat mana pun beradanya buku ini, semoga tiada peperangan, kekeringan, kelaparan, penyakit, luka cedera, ketidakharmonisan atau ketidakbahagiaan. Semoga hanya terdapat kemakmuran besar. Semoga segala sesuatu yang dibutuhkan dapat diperoleh dengan mudah dan semoga semuanya dibimbing hanya oleh guru Dharma yang terampil, menikmati kebahagiaan dalam Dharma, memiliki cinta kasih dan welas asih terhadap semua makhluk hidup dan hanya memberi manfaat, tidak pernah menyakiti satu dengan lainnya.